

# mitsubishi

三菱 **炭炊きIH** ジャー炊飯器（家庭用）

形名

（1.0Lタイプ）

## NJ-WS10B

### 取扱説明書／メニュー集



- ご使用の前に、この「取扱説明書」をよくお読みになり、正しく安全にお使いください。
- 「保証書」は「お買上げ日・販売店名」などの記入を確かめて、販売店からお受取りください。
- 「取扱説明書」と「保証書」は、大切に保存してください。

この商品は日本国内専用で、外国では使用できません。  
また、アフターサービスもできません。

This appliance is designed for use in Japan only  
and can not be used in any other country.  
No servicing is available outside of Japan.

#### 製品登録のご案内

三菱電機では、ウェブサイトでのアンケートにお答えいただくと、お客さまに役立つ各種サービスをウェブサイトにて利用できる「製品登録サービス」を実施しております。  
詳しくはホームページをご覧ください。

[www.MitsubishiElectric.co.jp/mypage](http://www.MitsubishiElectric.co.jp/mypage)



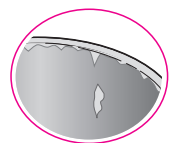
# 内なべ(本炭釜)について

内なべは純度 99.9%の炭素材料を固めて焼きあげたものです。  
ヒビが入ったり、欠けたり、割れやすい素材ですので、取扱いにご注意ください。  
(炭素材料特有の多孔質のため、表面に多少のザラつきや、鬆(す)がありますが、異常ではありません。)

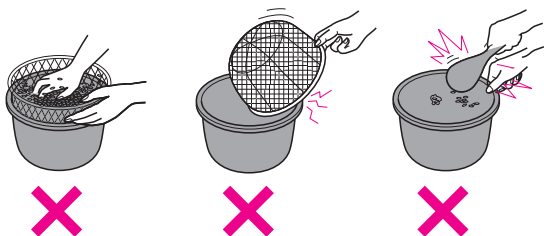
## 次のことをお守りください

- 落としたり、ぶつけたりしない。  
ヒビ・欠け・割れなど破損します

- ザルを重ねて米をとがない・水切りをしない。
- 米を内なべに移すときにザル等をあてない。
- しゃもじについたご飯粒をふちに押し当てて取らない。



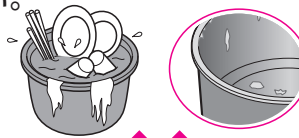
ふちが欠けたり、フッ素が傷みます



- **フッ素加工をしています。**  
フッ素に傷がつくととはがれやすくなります。  
はがれると水がしみこみます。

フッ素樹脂や素地は、食品衛生法に適合した材質ですので、人体に害はありません。

- かたいものを使わない。  
(金属製のしゃもじ・泡立て器・陶器など)
- スプーンや食器類を入れて、洗いおけがわりに使わない。

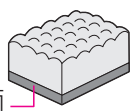


ヒビ・欠け・割れなど破損したり、フッ素が傷みます

- 内なべを本体以外の調理器(直火・電子レンジ・電磁調理器など)に使わない。
- 食器洗い乾燥機・食器乾燥器は使わない。

- 調味料を使ったら、すぐに洗う。  
(酢や食塩を入れて炊いたり、内なべの中で酢めしをつくると、フッ素加工が傷みやすくなる)

- クレンザー・タワシ類・スポンジのナイロン面・ナイロンネット付きスポンジで洗わない。 ナイロン面




- 長い間使用すると、内なべの内側・外側に色ムラが発生する場合がありますが、性能面・衛生面への影響はありません。  
また、内なべの外側の底部に傷がつきますが、性能面への影響はありません。
- 次のようなことが気になるときは、三菱電機製品取扱店でご購入できます。  
・ご飯のこびりつきなどが気になる  
・フッ素加工が傷んだ

## 内なべが、ヒビ・欠け・割れなど破損してしまったら…

使用を中止してください。

(ヒビ・欠け・割れなど破損した内なべを使用すると、水もれして本体の故障・感電・発火の原因)

- 炭素材料は人体に害はありませんが、口に入るとけがをする恐れがあります。
- ヒビ・欠け・割れなどしたときは、お近くの三菱電機製品取扱店でご購入ください。  
ご購入の際、サービス標準価格より値引きする内なべ下取制度を設けております。  
破損品または本書 38 ページにある  をご持参ください。  
詳しくは三菱電機お客さま相談センターへお問い合わせください。 P.39

## 本物の炭で炊く

純度99.9%の炭素材料を圧縮・焼成し、削り出して仕上げる、**本炭釜**。  
贅沢な手づくり釜です。

### 1 本炭釜

本炭釜全体が発熱して、遠赤外線効果でお米の芯までしっかり熱を伝え、歯ごたえもしっかりしたおいしいご飯に仕上げます。

### 2 加熱のしくみ

IH でおいしいご飯を炊く。

- ・ IH(電磁加熱)は内なべ全体を発熱させるため、お米をつつみ込むように炊飯します。
- ・ 沸騰しても火力を弱めず、お米を対流させながら、一粒一粒にしっかり熱を伝えます。

ほうじゅんだ

### 3 芳潤炊き

通常の炊飯コースよりも仕込みにじっくり時間をかけることで、吸水効果を高め、さらにふっくら甘味のある極上のご飯に炊きあげます。

### 4 健康玄米

予熱時間・沸騰時間・火加減をコントロールして、GABA(ギャバ・ガンマーアミノ酪酸)を増やし、また、玄米に含まれる栄養素の損失を極力おさえながら、やわらかく炊きあげます。

## もくじ

● 内なべについて ……	2
● <b>安全のために必ずお守りください</b> ……	4
● 各部のなまえとはたらき ……	6
● おいしいご飯を食べるために ……	8

● 準備 ……	10
● 白米・無洗米を炊く(お急ぎ) ……	12
● 発芽米(お急ぎ)・玄米・分づき米を炊く ……	14
● ご飯の保温について ……	16
● お米の種類別 炊くときのポイント ……	17
● いろいろなご飯を炊く ……	18
● 芳潤炊き・雑穀米・健康玄米・おこわ・すし・炊込み・おかゆ	
● 予約して炊く	
● 食べたい時刻を予約する ……	20
● (予約1・予約2)	
● 今から1~12時間後に炊きあげる ……	21
● (かんたん予約)	

● お手入れ ……	22
● <b>炊飯がうまくできないとき</b> ……	24
● <b>故障かな?と思ったら</b> ……	26
● 現在時刻の合わせ方 ……	28
● 停電したとき ……	28
● 消耗品 ……	38
● 保証とアフターサービス ……	38
● 仕様 ……	裏表紙

● すし ……	30
● 炊込み ……	32
● おこわ ……	34
● 玄米 ……	36
● おかゆ ……	37

# 安全のために必ずお守りください

■誤った取扱いをしたときに生じる危険とその程度を、次の区分で説明しています。

■図記号の意味は、次のとおりです。  
(一例)



**警告**

誤った取扱いをしたときに、死亡や重傷に結びつく可能性のあるもの。



**注意**

誤った取扱いをしたときに、軽傷または家屋・家財などの損害に結びつくもの。



禁止



指示を守る



**警告**

## 分解・修理・改造をしない

感電・発火・けが・異常動作の原因。

\* 修理は、お買上げの販売店または「三菱電機 修理窓口」にご相談ください。



分解禁止

## ぬれた手で、電源プラグの抜き差しはしない

感電の原因。



ぬれ手禁止

## 蒸気口や、その付近に手などを近づけない 蒸気にさわらない

特に乳幼児には注意する

やけどの原因。



接触禁止

## 水につけたり、水をかけたりしない

感電・ショートの原因。



水ぬれ禁止

## 取扱説明書に記載以外の用途には使わない 調理には使わない

蒸気や内容物がふきこぼれて、やけど・感電・けがの原因。



禁止

## お子さまだけで使わせない 幼児の手の届くところで使わない

やけど・感電・けがの原因。



禁止

## 炊飯中は絶対にふたを開けたり、持ち運びしない

やけど・けがの原因。



禁止

## 吸・排気口やすき間に、ピン・針金・金属物などの異物を入れない

感電・けがの原因。



禁止

## 傷んだ電源コード・プラグや、差し込みのゆるいコンセントは使わない

感電・ショート・発火の原因。



禁止

## 電源コードを傷つけない

重いものをのせたり、無理に曲げたり、束ねたり、引っ張ったり、加工したりすると、破損して感電・発火の原因。



禁止

## 電源は交流100Vで定格15A以上のコンセントを単独で使う

コンセントを他の器具と同時に使ったり、机や家具のコンセントを使うと異常発熱して、発火・火災の原因。

\* 延長コードも定格15A以上のものを単独でお使いください。



コンセントの単独使用

## 電源プラグの刃、および刃の取付面のほこりをとる

ほこりが付着していると、火災の原因。



ほこりをとる

## 電源プラグは根元まで確実に差し込む

差し込みが不完全なとき、感電・発熱による火災の原因。



根元まで差し込む

## ふたはカチッと音がするまで確実に閉める

蒸気がもれたり、ふたが開いて、やけど・けがを防ぐため。

\* 上枠・ふたパッキン・本体とふたの間に米や異物があると閉まらないので取り除いてください。



ふたを確実に閉める

## 異常・故障時には直ちに使用を中止する

発煙・発火・感電の原因。

- 電源コードやプラグが異常に熱い。
- コゲくさい臭いがする。
- 製品に触れるとビリビリと電気を感じる
- 自動的に切れないときがある。
- 冷却ファンが回らなくなった。
- その他の異常・故障がある。

➔ 故障や事故防止のため、電源プラグを抜いてから、必ず販売店にご連絡ください。



使用を中止する



**注意**

## 使用中、使用直後は、高温部に手を触れない

カートリッジ・内なべ・放熱板など

やけどの原因。



接触禁止

## 次の場所では使わない

- 壁や家具の近く

変色・変形の原因。

- 不安定な場所や、熱に弱い敷物などの上

火災の原因。

\* 水平で安定した場所に置いてください。

- 直射日光のあたる所

変色・変形の原因。

- 水のかかる所や、火気や熱器具の近く

感電・漏電・火災の原因。

- 吸・排気口をふさぐような所

(壁などから20cm以内、紙・タオル・ふきん・アルミシート・じゅうたんの上など)

変色・変形・故障の原因。

\* キッチン用収納棚などを使うときは、耐荷重を確認し、中に蒸気がこもらないように引出して、ご使用ください。  
(お米や水を入れたときの最大質量: 約7kg)



禁止

## 製品を持ち運ぶときは、フックボタンに触れない

ふたが開いて、やけど・けがの原因。



禁止

## 専用の内なべ以外は使わない

過熱・異常動作の原因。



禁止

## 電源コードを巻き取るときは電源プラグを持つ

電源プラグがあたってけがをすることを防ぐため。



電源プラグを持つ

## 電源プラグを持って抜く

電源コードを持って引き抜くと、感電・ショート・発火の原因。



電源プラグを持つ

## 心臓用ペースメーカーをお使いの方は、本製品の使用にあたって医師とよく相談する

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあるため。



医師と相談

## お手入れは本体が冷めてから行う

やけどを防ぐため。



本体を冷ます

## 使用時以外は、電源プラグを抜く

絶縁劣化による感電・漏電・火災を防ぐため。



電源プラグを抜く

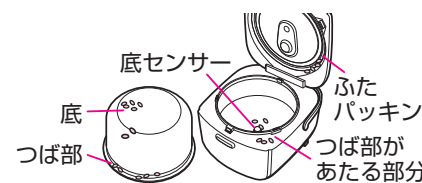
## お願い

### 磁気・電波に弱いものを近づけない

- 磁気カード (キャッシュカード、定期券など)
- 磁気テープ (カセットテープなど)
- 無線機器 (テレビ、ラジオ、電話など)

記憶が消えたり、雑音・異常動作の原因。

### 異物・米粒や水滴をつけたまま使わない



故障・うまく炊けない・ふたが閉まらない原因。

### 蒸気口をふきんなどでふさがない

変形・変色・故障の原因。

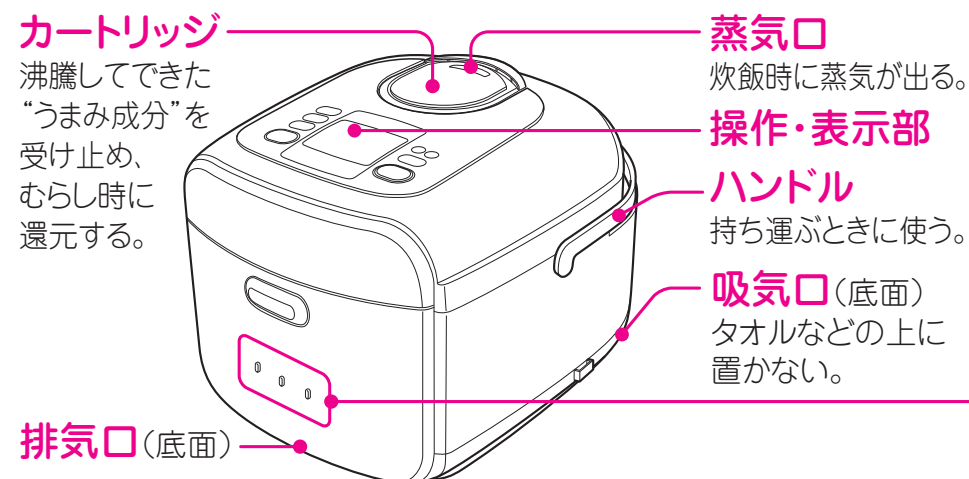
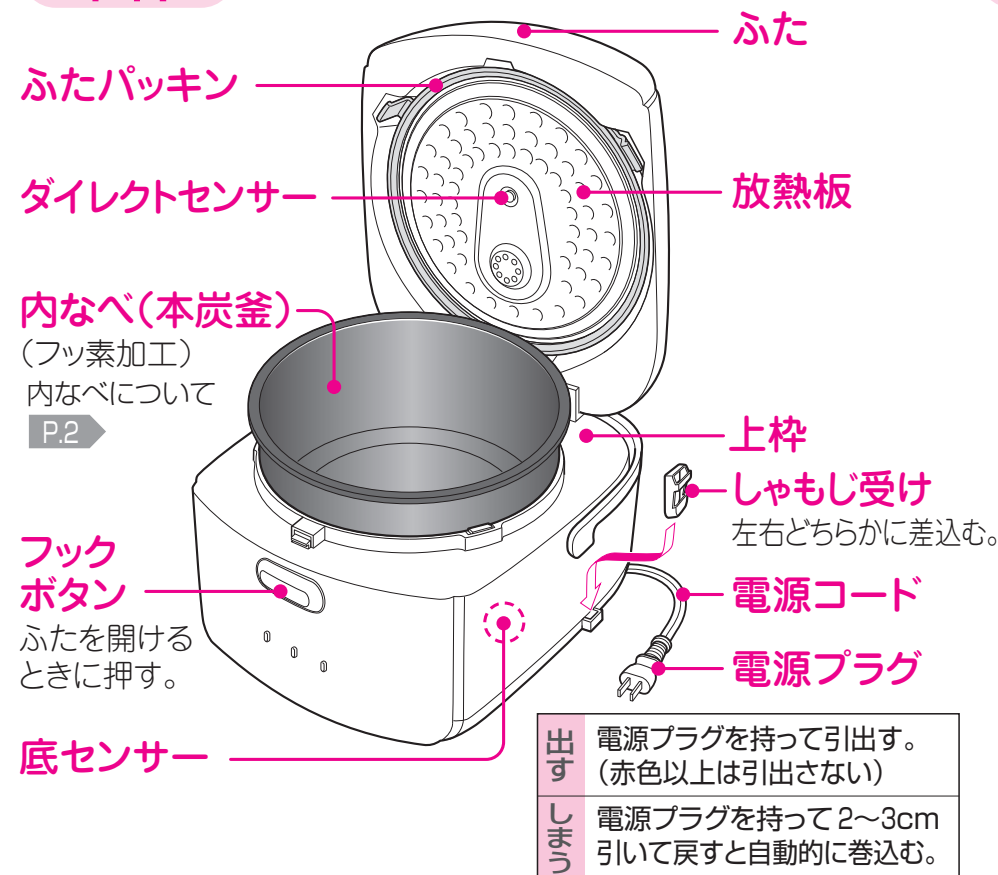
内なべを本体以外の調理器(直火・電子レンジ・電磁調理器など)に使わない

故障の原因。

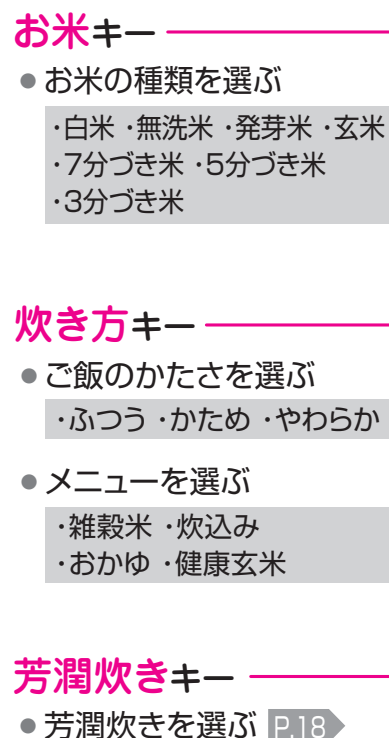


# 各部のなまえとはたらき

## 本体



## 操作・表示部

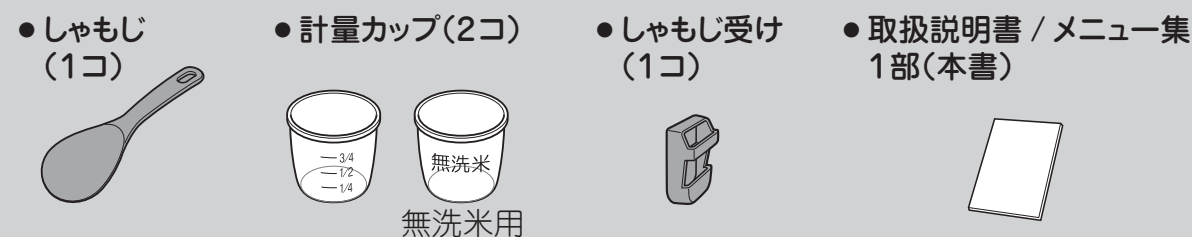


## 本体表示部

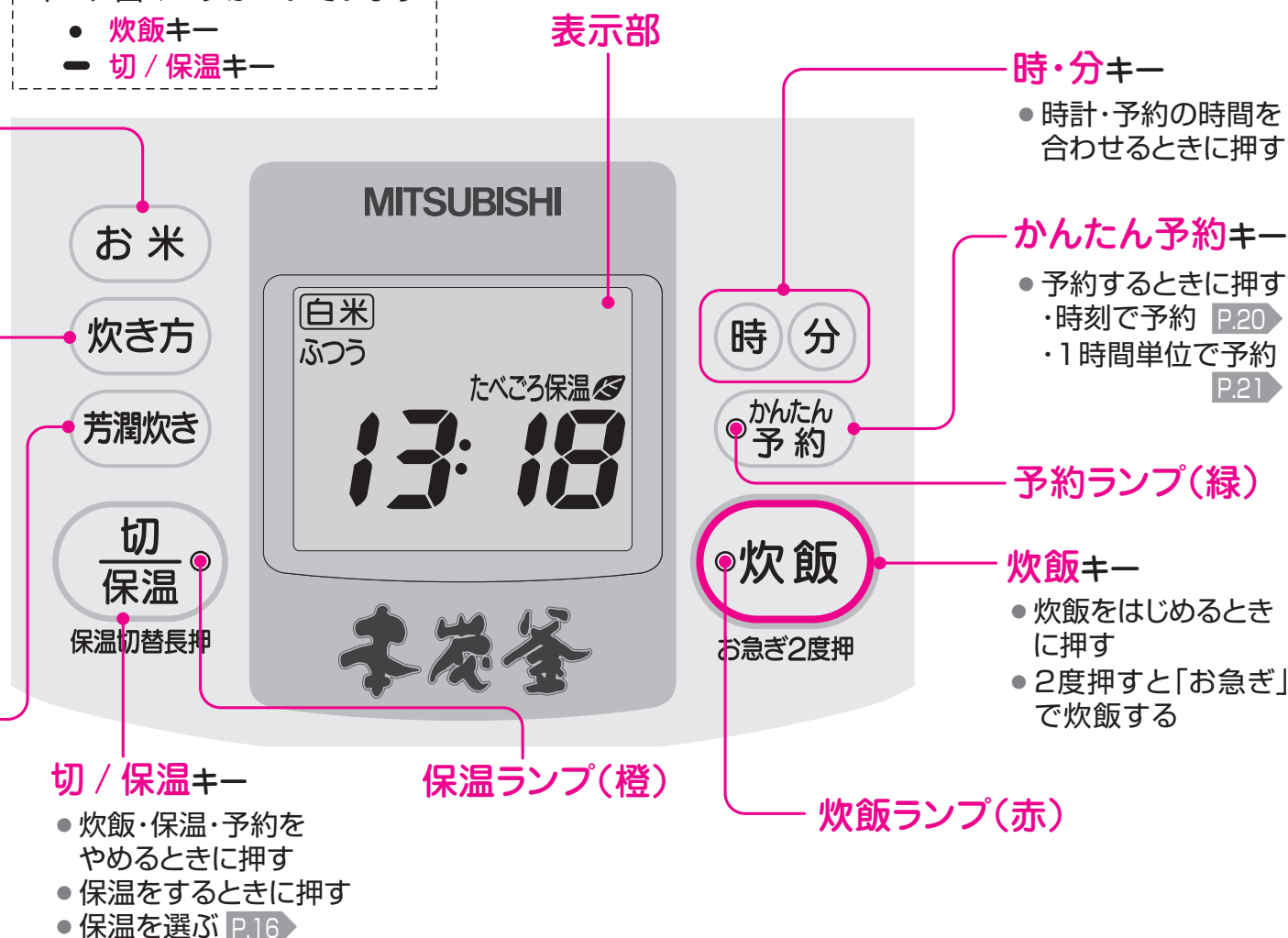
- 本体の状態をランプの点灯でお知らせ



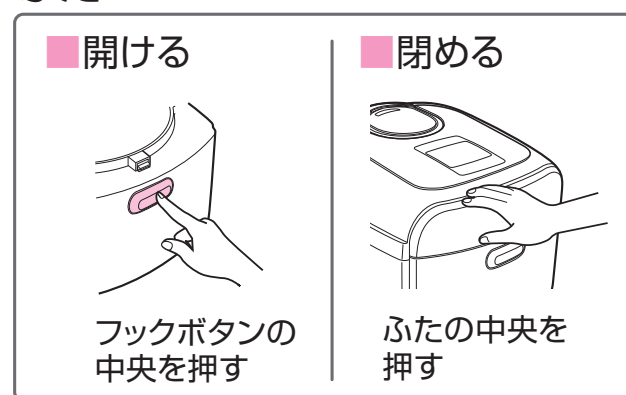
## 付属品



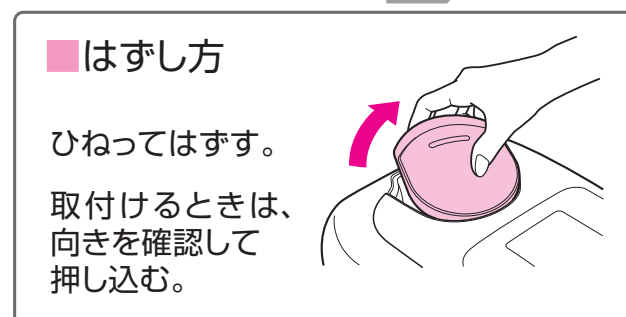
キーに凸マークがついています  
● 炊飯キー  
— 切 / 保温キー



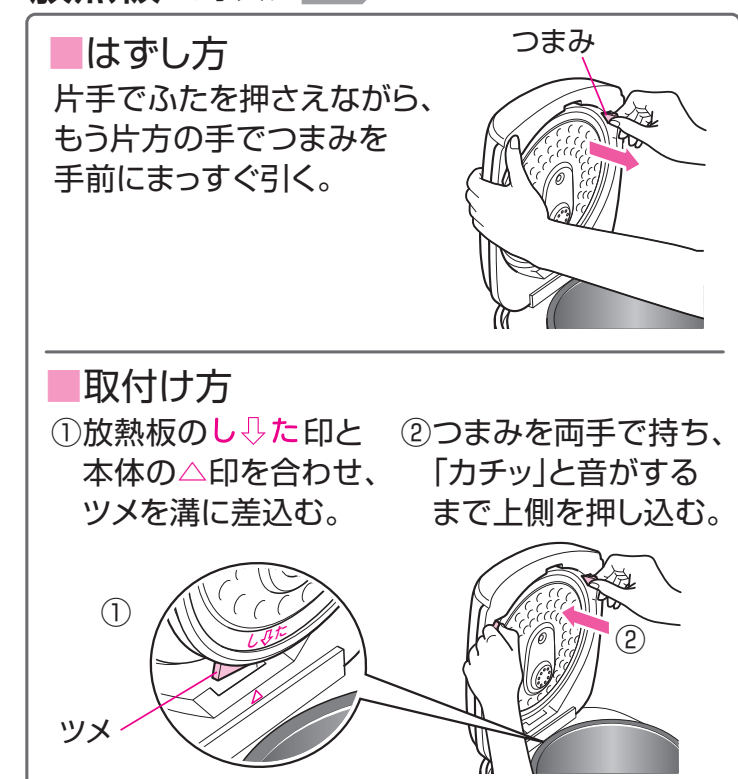
## ふた



## カートリッジ お手入れ P.23



## 放熱板 お手入れ P.22





# おいしいご飯を食べるために

## 1 よいお米を選ぶ

お好みの銘柄で、精米月日の新しいものを選びましょう。  
お米は時間の経過とともに質が低下してしまうので、風通しの良い冷暗所に保管し、できるだけ早く使うようにしましょう。  
夏は 1 ヶ月、夏以外は 2 ヶ月以内がめやすです。

## 2 お米を正しくはかる P.10

必ず、付属の計量カップを使い、すりきり 1 杯で正しくはかりましょう。  
料理用計量カップ(200mL)や計量米びつでは誤差が出る場合があります。

## 3 お米を手早く洗う P.11

最初に、たっぷりの水を入れてさっとかき混ぜ、すぐ水を捨てます。ぬかくさくならないように、水が澄むまで、手早く洗い終わしましょう。  
水にひたさなくても、すぐに炊飯できます。  
ひたすとやわらかめのご飯になります。  
(お米をザルに上げたまま放置しないでください。)  
(お米が割れてべちゃつきの原因になります。)

## 4 正しく水加減をする P.11

内なべを平らな場所に置いて、正しく水加減しましょう。水位目盛はめやすですので、お米の種類やお好みによって、半目盛以内で加減してください。  
50℃以上のお湯・pH9 以上のアルカリ水・硬度の高いミネラル水は使わないでください。  
べちゃつきや黄変の原因になります。

## 5 内なべを入れて、炊飯スタート

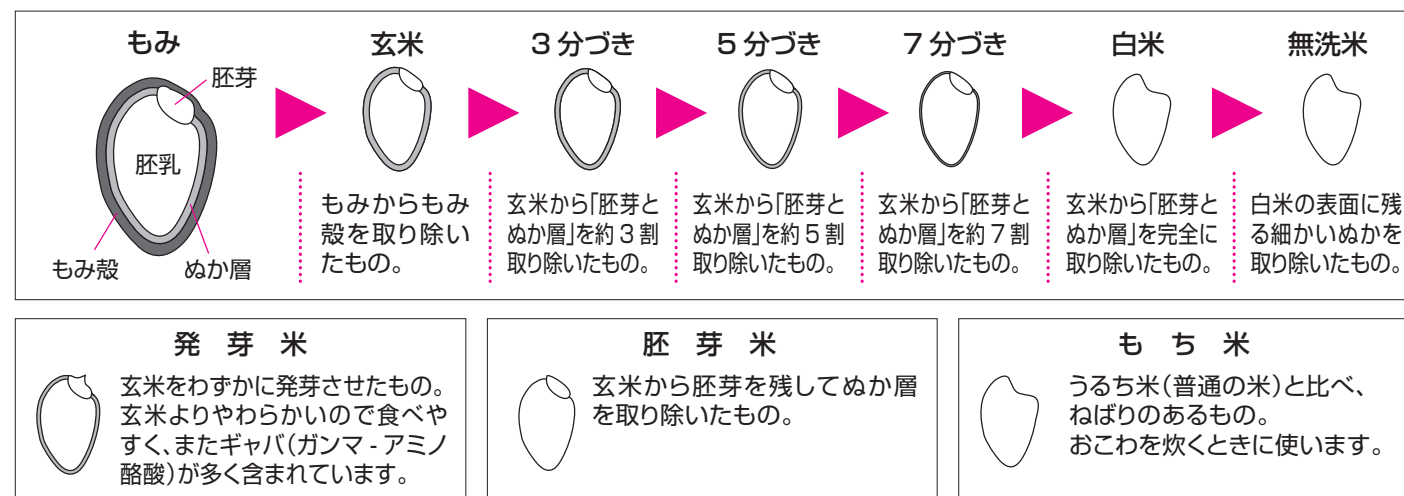
本体を平らな場所に置き、内なべの外側についた水分をふき取って本体に入れます。  
傾いている場所で炊いたり、内なべが汚れているとセンサーが正しく働かず、おいしいご飯が炊けません。

## 6 炊きあがったら、ご飯をほぐす

炊きあがったら、底からふんわりとご飯をほぐし、余分な水分を逃がしましょう。  
そのままにしておくと、ご飯が固まり、べちゃつきの原因になります。

## <お米について>

お米は、精米や加工のしかたによって呼び名が変わります。



### お米のまめ知識

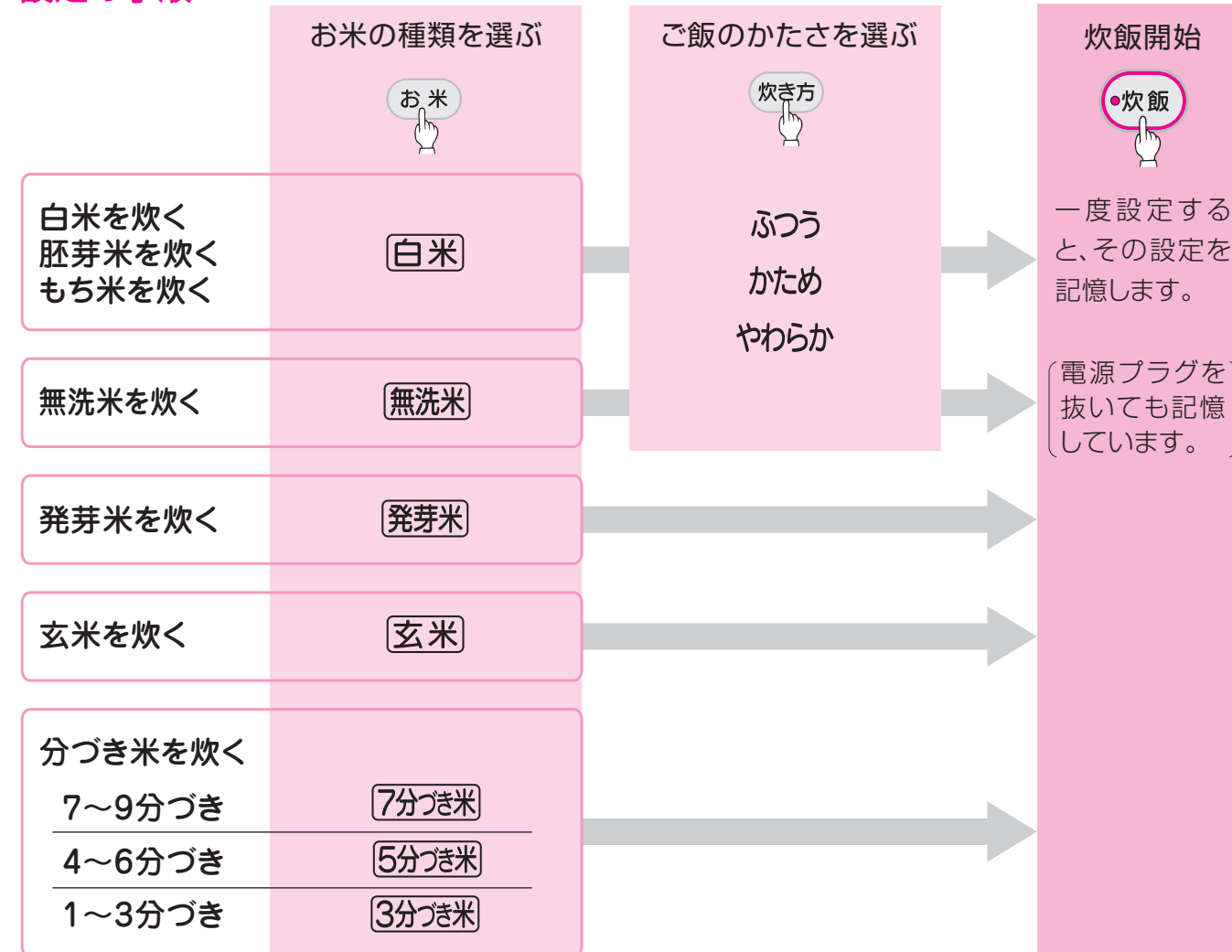
お米の収穫は一般的に秋に行われますので、秋口から冬にかけて新米が出回ります。  
新米は通常米より「吸水しやすい」という特長があるため、比較的ねばりが強くやわらかめのご飯になります。  
新米を炊くときの水加減は目盛より少なめにするとおいしく炊けます。

## お好みに合わせて、しっかり設定!

設定の組合わせで、お好みのご飯に炊きあげる

お買上げ時は、「お米の種類 [白米]」、「ご飯のかたさ [ふつ]」に設定されています。

### 設定の手順



### いろいろな ご飯を炊く

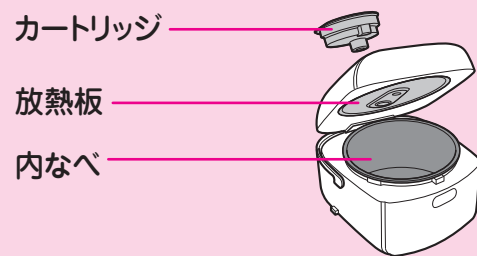
- 芳潤炊き P.18
- 雑穀米 P.18
- 健康玄米 P.18
- おこわ P.18
- すし P.19
- 炊込み P.19
- おかゆ P.19

### 予約して炊く

- 食べたい時刻を予約する P.20
- 今から 1~12 時間後に炊きあげる P.21

# 準備

使うもの

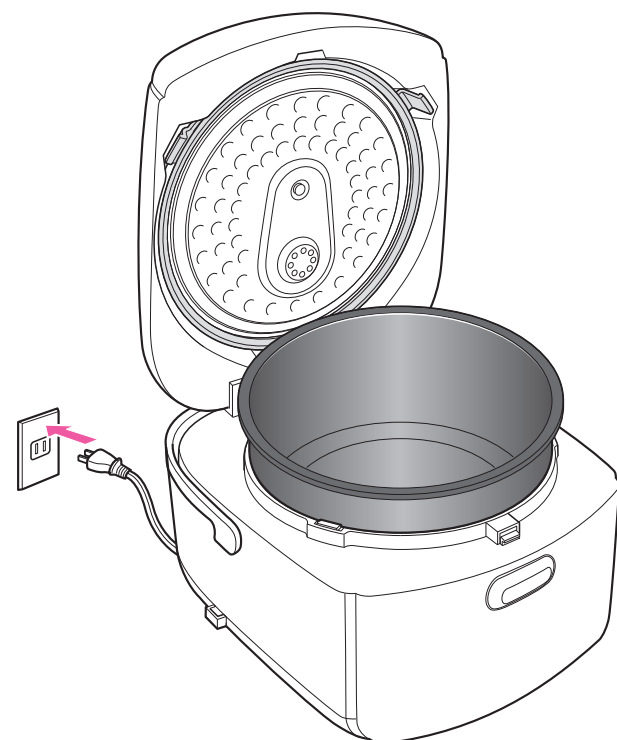


## 内なべ

内なべについて P.2 お手入れ P.22

こびりつきを防ぐために「フッ素加工」をしています。フッ素加工は柔らかく、磨耗しやすいので、取扱い上の注意をお守りください。

- 放熱板・内なべ外側・本体内側・上枠についた水分・汚れ・米粒は、きれいにふき取る。
- 放熱板・カートリッジを必ずつける。(つけないと、ふきこぼれてやけどの原因)
- 放熱板をつけないと、ふたが閉まらない。



## 1 お米をはかる

付属の計量カップ(2コ)を、お米の種類によって使いわけ。

- 白米・発芽米・玄米など(無洗米以外のお米)  
→ 計量カップ  
(約180mL=約150g)



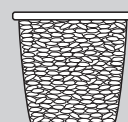
- 無洗米

→ 無洗米用計量カップ  
(約170mL=約147g)

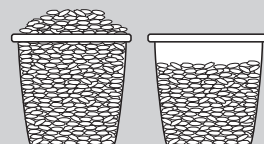


計量カップすりきり1杯で、約1合です

○ 良い例



✕ 悪い例



計量米びつでは、誤差がでることがあります。

発芽米の  
おすすめ割合

白米 2合 : 発芽米 1合

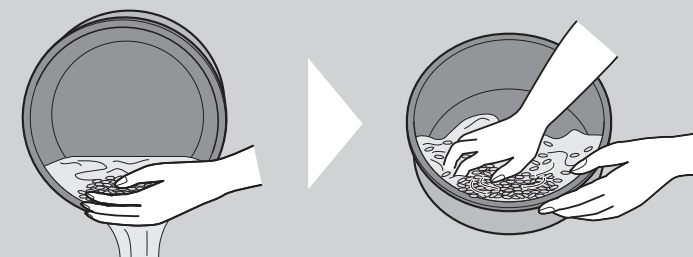
## 2 お米を洗う

内なべを使う。  
(内なべでお米が洗えます)

- 白米  
→ 十分に洗米する  
(におい・変色・こげを防ぐため)
- 無洗米  
→ 軽くすすぐ(こげやすいため)
- 発芽米  
→ 市販品のパッケージの記載にしたがう
- 玄米・分づき米  
→ 軽く洗い、ゴミやもみがらを取り除く

たっぷりの水でさっとかき混ぜ、水を手早く捨てる。

「とぐ →すすぐ」を  
水が澄むまでくり返す。



- 内なべに金ザル等を重ねて洗わないでください。
- 内なべは、ヒビ・欠け・割れやすいので、取扱いにご注意ください。 P.2

## 3 水加減をする

米を水平にならし、お米の種類・メニューに合った水位目盛で水加減をする。 P.17

お米を水にひたさなくても、すぐに炊けます。水にひたすと、やわらかめのご飯になります。

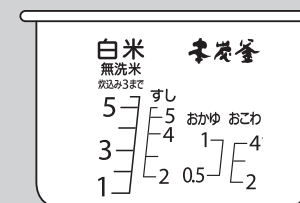
- 平らな場所で水加減する。
- 50℃以上のお湯・pH9 以上のアルカリ水・硬度の高いミネラル水での炊飯はしない。  
(べちゃつき・黄変の原因)

## 4 内なべを本体に入れ、電源プラグを差込む

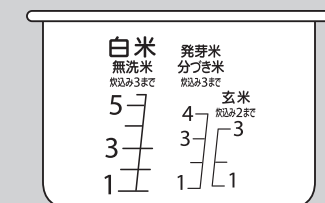
お知らせ

- 電源プラグをコンセントに差込んだときに、「パチッ」と火花がでることがありますが、これは IH 特有のもので異常ではありません。

白米(無洗米)の目盛は両側にあります。



すし・おかゆ・おこわ



発芽米・分づき米・玄米

水位目盛はめやすです

お米の種類・お好みに合わせ、水の量を  
半目盛以内で加減してください。

お米の種類	水加減のめやす
胚芽米	目盛どおり
新米	目盛より少なめ
古米・麦	目盛より多め

目盛より多めで炊飯する場合は、炊き方で「やわらか」を選んでください。  
(ふきこぼれを防ぐため)

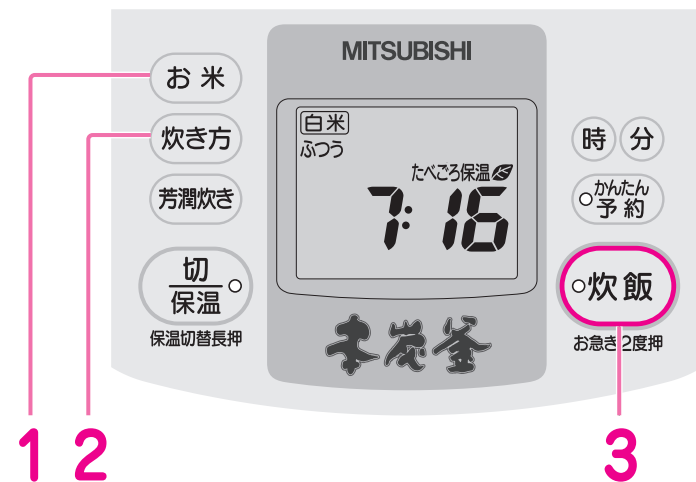
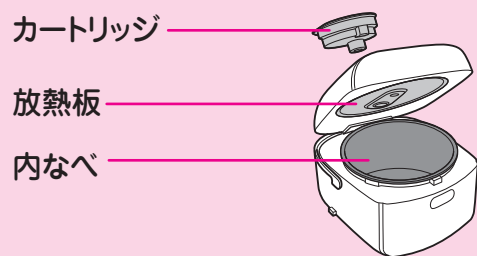


# 白米・無洗米を炊く

ほうじゆんだ  
芳潤炊き P.18

**注意** 炊飯・保温中は、カートリッジなどの高温部に手を触れない(やけどの原因)

使うもの



■お買上げ時の設定 お米 **白米**、ご飯のかたさ **ふつう**、**たべごろ保温** で炊くとき  
→ **3** ですぐに炊飯できます(設定をかえる必要はありません)

■前回の設定で炊くとき →表示部の設定を確認してから **3** で炊飯する

■設定をかえて炊くとき →以下の手順で設定をかえて炊飯する

## 1 お米 を押し、お米の種類を選ぶ

- 白米を炊くときは **白米** を選ぶ
- 無洗米を炊くときは **無洗米** を選ぶ

押すごとに表示がかわる



無洗米を炊くときは、炊く前に内なべの底から軽くかき混ぜてください。

## 2 炊き方 を押し、ご飯のかたさを選ぶ

- ふつう・かため・やわらか** の3種類から選ぶ

押すごとに表示がかわる



## 3 炊飯 を押し、炊飯する

- 炊飯ランプが点灯して炊飯開始
- できあがりまでの時間のめやすを表示

(表示時間はめやすです。  
量、季節、室温、水温、水加減、電圧などにより変わります。)

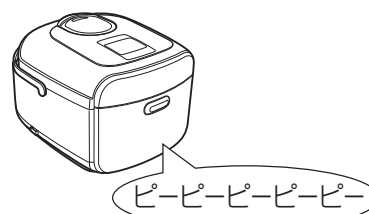


## 急いで炊きたいとき(お急ぎ)



- 予熱とむらしを短縮し、通常より約20分早く炊きあげます。
- 炊飯容量は、3カップまでです。
- 少しかために炊きあがります。

## 4 ブザーが鳴ったらできあがり 炊きあがったらご飯をほぐす



- 炊飯ランプ消灯
- 自動的に保温になる(保温ランプ点灯)
- 保温経過時間を表示

24時間以上の保温はしないでください。  
ご飯の保温について P.16

<表示例>保温表示



1時間単位で、24時間まで表示。(1時間未満は、0時間を表示) 24時間を過ぎると、現在時刻を表示。

## べちゃつきを防ぐためにご飯を底からほぐす

約15分以内にご飯をほぐし、余分な水分を逃がす。



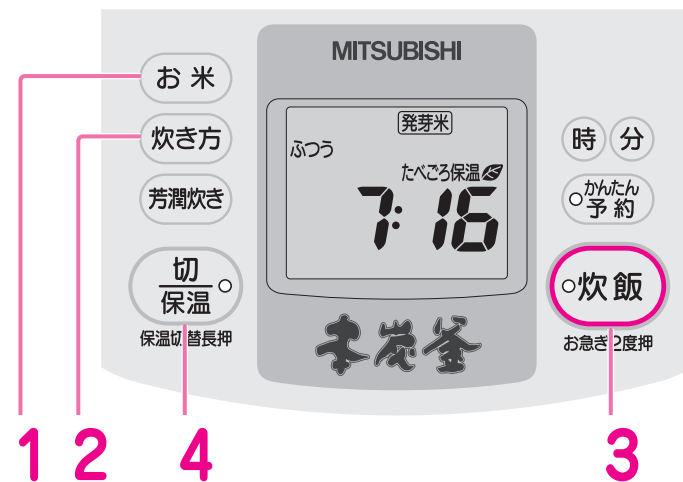
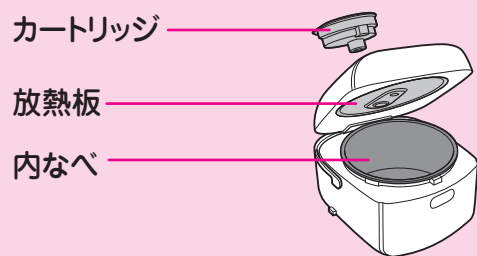
お知らせ

- 選んだお米の種類、炊き方の**ふつう・かため・やわらか**の設定を記憶します。
- 炊飯開始後の「ブーン」という音は、内部の熱を外に逃がすためのファンの音で、故障ではありません。
- 炊飯・保温中の「チリチリ」「ジージー」等の音は、IH特有の通電音によるもので、故障ではありません。
- 使用中は、放熱板につゆが付着する場合があります。ご飯の乾燥を防ぐため、異常ではありません。

# 発芽米・玄米・分づき米を炊く

**⚠ 注意** 炊飯・保温中は、カートリッジなどの高温部に手を触れない(やけどの原因)

使うもの

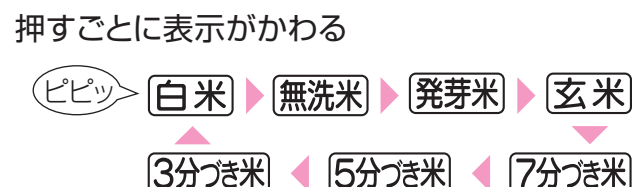


■前回の設定で炊くとき → 表示部の設定を確認してから **3** で炊飯する

■設定をかえて炊くとき → 以下の手順で設定をかえて炊飯する

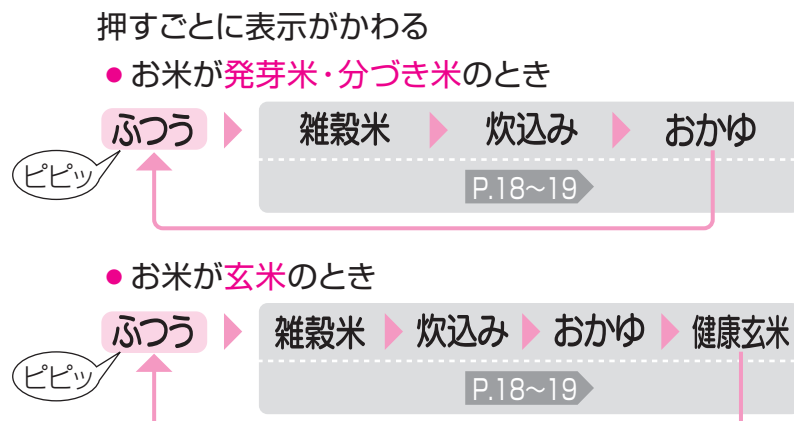
## 1 お米 を押し、お米の種類を選ぶ

- 発芽米を炊くときは **発芽米** を選ぶ
- 玄米を炊くときは **玄米** を選ぶ
- 分づき米を炊くときは **7分づき米・5分づき米・3分づき米** から選ぶ  
(7分・5分・3分以外の分づき米は **P.9**)



## 2 炊き方 を押し、ふつうを選ぶ

- お米の種類を選ぶと、自動的に「ふつう」が選択されています。
- ご飯のかたさは「ふつう」以外を選ぶことはできません。



## できあがりまでの時間のめやす

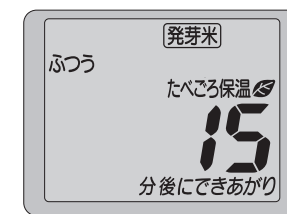
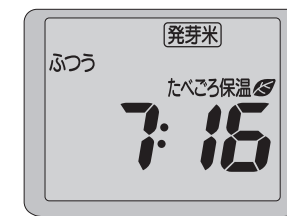
- 電圧100V、室温20℃、水温18℃、水加減は標準水位の場合。
- 量、季節、室温、水温、水加減、電圧などにより、多少変わります。

発芽米	約 50~59 分
玄米	約 70~85 分

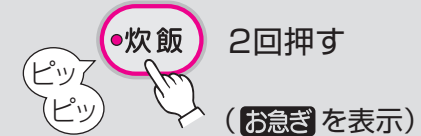
分づき米	7分づき米	約 50~57 分
	5分づき米	約 58~64 分
	3分づき米	約 60~72 分

## 3 炊飯 を押し、炊飯する

- 炊飯ランプが点灯して炊飯開始  
(できあがりまでの時間のめやすは表示しません。)
- むらしに入ると、できあがりまでの時間を1分刻みで表示



## 急いで炊きたいとき(お急ぎ)



- 予熱とむらしを短縮し、通常より約20分早く炊きあげます。
- 炊飯容量は、2カップまでです。
- 少しかために炊きあがります。
- **玄米 7分づき米 5分づき米 3分づき米** では選べません。

## 4 切保温 を押し、ブザーが鳴ったらできあがり保温をやめて電源プラグを抜く

- 保温ランプ消灯  
保温はしないでください。  
におい・変色の原因になります。

## べちゃつきを防ぐためにご飯を底からほぐす

約15分以内にご飯をほぐし、余分な水分を逃がす。



上枠、ふたパッキンにつゆがついていたら、ふきとってください。

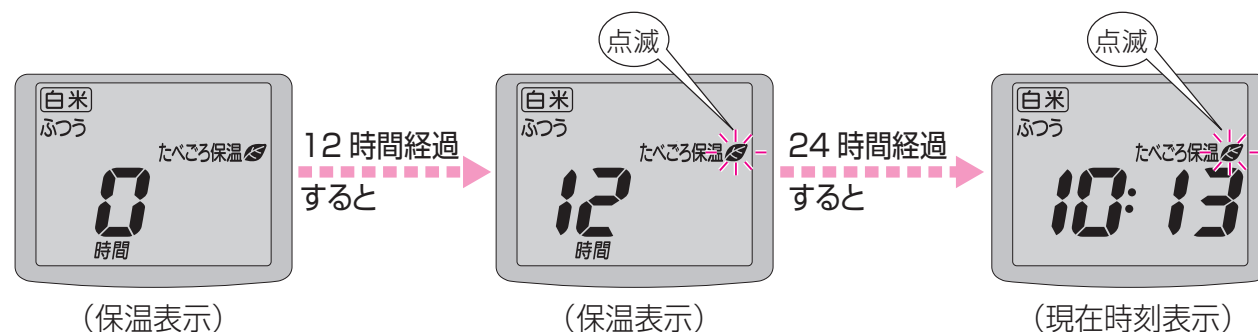
- お知らせ
- 選んだ **お米** の種類の設定を記憶します。
  - 炊飯開始後の「ブーン」という音は、内部の熱を外に逃がすためのファンの音で、故障ではありません。
  - 炊飯中の「チリチリ」「ジージー」等の音は、IH特有の通電音によるもので、故障ではありません。



# ご飯の保温について

## たべごろ保温 (お買上げ時の設定: たべごろ保温)

- 「おひつ」に移したご飯と同等の保温温度(低め)にすることで、ご飯の変色・乾燥を抑えておいしさを保ちます。12時間を超えると、自動的に保温温度が高めになります。
- 12時間を超える保温時間の消費電力量は炊飯約1回分に相当します。  
短時間で保温を終了し、冷凍保存、再加熱を行った方がおいしさを維持し、節電になります。  
(おいしさ維持と節電を促すため、12時間を超えると マークが点滅してお知らせします。)



## ご飯が炊きあがると、自動的に保温になります

- 保温ランプ点灯
- 保温の経過時間を、1時間単位で24時間まで表示します。  
(1時間未満は0時間を表示)
- 24時間を超えると、現在時刻を表示します。(保温は続けます)

<現在時刻を表示したいときは>  
時 または 分 を押してください。  
(保温経過時間は表示しません)

使用後は保温をやめて、電源プラグを抜く

切 保温

- 保温ランプ消灯

- 24時間以上の保温はしないでください。(変色・におい・パサツキの原因)
- 次のものは保温しないでください。
  - ・白米・無洗米以外のご飯 (炊込み・おかゆ・おこわなど)
  - ・冷えたご飯や、つぎたしたご飯
  - ・よく洗わないで炊いたご飯
  - ・みそ汁・カレーなどの汁もの
- ふたを確実に閉めてください。(乾燥・変色の原因)
- しゃもじを入れたまま、保温しないでください。(におい・変色・しゃもじのひび割れの原因)
- 少量のご飯は中央にまとめてください。(少量は長時間保温するとパサついたり、ふやける原因)
- 保温を切ったら、ご飯を入れたままにしないでください。(温度が下がり、つゆ・べとつき・においの原因)  
また、放熱板のパッキンにはおいがつきやすいため、毎回お手入れしてください。P.22

## 一定保温

ご飯の温度が低く感じるときは、次回から「一定保温」に設定してください。  
「たべごろ保温」よりも高めの温度で保温します。

\* キーを押す前に設定してください。



「一定保温」から「たべごろ保温」に戻すときは



お知らせ

- 選んだ保温設定を記憶します。
- 3秒間長押しすることにより「一定保温」↔「たべごろ保温」をくり返します。
- 炊飯・保温中の設定はできません。

## お米の種類別 炊くときのポイント

炊くお米	水位目盛	お米 設定	炊くときのポイント
■白米 ■胚芽米	白米	白米	<ul style="list-style-type: none"> <li>●付属の計量カップ(約180mL)ではかる</li> <li>●十分に洗米する(ぬかくさくなるのを防ぐ)</li> <li>※胚芽米は胚芽がとれてしまうため強く洗わない</li> <li>●胚芽米・もち米の保温はしない(におい・変色の原因)</li> </ul>
■もち米	おこわ		
■無洗米	無洗米	無洗米	<ul style="list-style-type: none"> <li>●付属の無洗米用計量カップ(約170mL)ではかる</li> <li>●こげやすいため、軽くすすぐ</li> <li>●炊く前に、内なべの底から軽くかき混ぜる</li> </ul>
■発芽米	発芽米	発芽米	<ul style="list-style-type: none"> <li>●付属の計量カップ(約180mL)ではかる</li> <li>●<b>おすすめの割合</b>→白米(無洗米)2合:発芽米1合</li> <li>●予約はしない(腐敗・炊けない原因)</li> <li>●保温はしない(におい・変色の原因)</li> </ul>
■玄米	玄米	玄米	<ul style="list-style-type: none"> <li>●付属の計量カップ(約180mL)ではかる</li> <li>●軽く洗う(ゴミやもみからを取り除く)</li> <li>●保温はしない(におい・変色の原因)</li> <li>●圧力なべを使って炊いた場合は、味や炊きあがりの状態が異なります。(炊飯原理がちがうため)</li> </ul>
■分づき米	分づき米	7分づき米 5分づき米 3分づき米	<ul style="list-style-type: none"> <li>●付属の計量カップ(約180mL)ではかる</li> <li>●軽く洗う(ゴミやもみからを取り除く)</li> <li>●保温はしない(におい・変色の原因)</li> </ul>
■種類の違うお米を混ぜて炊くときは			<ul style="list-style-type: none"> <li>●混ぜる量が多い方の設定で炊いてください。(発芽米は除く)</li> <li>&lt;例&gt;「白米2合」と「玄米1合」を炊くとき→「白米」で炊く</li> </ul>

# いろいろなご飯を炊く

できあがりまでの時間のめやす

健康玄米	約97～108分
------	----------

	芳潤炊き	すし	おこわ
白米	約65～73分	約45～51分	約44～51分
無洗米	約65～74分	約45～52分	——

	雑穀米	炊込み	おかゆ
白米	約47～54分	約48～53分	約53～59分
無洗米	約48～55分	約48～54分	約53～59分
発芽米	約48～59分	約49～60分	約72～79分
玄米	約60～73分	約90～97分	約102～108分
分づき米	7分	約49～55分	約50～55分
	5分	約56～64分	約64～72分
	3分	約59～71分	約84～93分

- 電圧100V、室温20℃、水温18℃、水加減は標準水位の場合。
- 量、季節、室温、水温、水加減、電圧などにより、多少変わります。

## 雑穀米

雑穀類を白米や玄米などと混ぜて炊きます。

<白米・無洗米・発芽米・分づき米>

- 炊飯容量 4カップまで
- 水位目盛「白米」「無洗米」「発芽米」「分づき米」

<玄米>

- 炊飯容量 3カップまで
- 水位目盛「玄米」
- 麦を混ぜて炊くときは、水を(半目盛以内で)多めにしてください。
- 水に浮くような雑穀類(麦・ひえなど)を混ぜて炊くときは、よく混ぜてしばらくひたし、雑穀類が沈んでから炊いてください。
- 市販品を使う場合は、パッケージの記載内容をめやすにし、お好みに合わせて水の量を加減してください。
- 「お急ぎ」はできません。

- 1 お米を押す、お米の種類を選ぶ
- 2 炊き方を押す、雑穀米を選ぶ
- 3 炊飯を押す、炊飯をスタートする  
●炊飯ランプが点灯して炊飯開始
- 4 ブザーが鳴ったらできあがり  
保温をやめて電源プラグを抜く P.15

保温はしないでください。(におい・変色の原因)

## 芳潤炊き

P.3

- 水位目盛「白米」「無洗米」
- 白米 無洗米 以外では選べません。
- ご飯のかたさは選べません。
- 「お急ぎ」はできません。

- 1 お米を押す、白米 または 無洗米 を選ぶ
- 2 芳潤炊きを押す
- 3 炊飯を押す、炊飯をスタートする  
●炊飯ランプが点灯して炊飯開始
- 4 ブザーが鳴ったらできあがり  
炊きあがったらご飯をほぐす P.13

## 健康玄米

P.3

- お米 キーで 玄米 を選び、
- 炊き方 キーで 健康玄米 を選びます。 P.14～15

- 炊飯容量 3カップまで
- 水位目盛「玄米」
- 玄米 以外では選べません。
- 「お急ぎ」はできません。
- 保温はしないでください。(におい・変色の原因)
- やわらかく炊きあがります。

## おこわ

- お米 キーで 白米 を選びます。 P.12～13

- 炊飯容量 4カップまで
- 水位目盛「おこわ」
- 具は米の上にのせて炊いてください。(米と具をかき混ぜたり、具の量が多いと、うまく炊けない場合があります)
- 予約はしないでください。
- 保温はしないでください。(におい・パサツキの原因)
- 「お急ぎ」はしないでください。

## すし

- お米 キーで 白米 または 無洗米 を選びます。 P.12～13

- 水位目盛「すし」
- 「お急ぎ」はしないでください。

## 炊込み

<白米・無洗米・発芽米・分づき米>

- 炊飯容量 3カップまで
- 水位目盛「白米」「無洗米」「発芽米」「分づき米」

<玄米>

- 炊飯容量 2カップまで
- 水位目盛「玄米」
- 具は米の上にのせて炊いてください。(米と具をかき混ぜたり、具の量が多いと、うまく炊けない場合があります)

- 「お急ぎ」はできません。
- 予約はできません。

- 1 お米を押す、お米の種類を選ぶ P.9
- 2 炊き方を押す、炊込みを選ぶ

- 3 炊飯を押す、炊飯する

- 4 ブザーが鳴ったらできあがり

- 切保温を押す、保温をやめて電源プラグを抜く

保温はしないでください。(におい・変色の原因)

## おかゆ(7分かゆ)

- 炊飯容量 1カップまで
- 水位目盛「おかゆ」
- 具があるメニューのときは  
・具は米の上にのせて炊いてください。(米と具をかき混ぜたり、具の量が多いと、うまく炊けない場合があります)
- ・予約はしないでください。

- 「おかゆ」以外のメニューで炊かないでください。(ふきこぼれの原因になります)

- 1 お米を押す、お米の種類を選ぶ P.9

- 2 炊き方を押す、おかゆを選ぶ

- 3 炊飯を押す、炊飯する

急いで炊きたいとき(お急ぎ)

- 予熱を短縮し、通常より約10分早く炊きあげます。(お急ぎを表示)
- 炊飯容量は、0.5カップまでです。
- 玄米 7分かゆ 5分かゆ 3分かゆ では選べません。

- 4 ブザーが鳴ったらできあがり

- 切保温を押す、保温をやめて電源プラグを抜く

保温はしないでください。(おかゆがのり状になる)



# 予約して炊く

## 食べたい時刻を予約する(予約1・予約2)

設定した時刻に自動的にご飯を炊きあげます。  
2通りの予約時刻を記憶することができますので、朝食・夕食などで使い分けられます。

### 予約時刻を設定する

●時刻表示は24時間表示です。

・昼の12時→12:00  
・夜の12時→00:00

■現在時刻が合っているか確認してください。時刻が合っていないときは P.28

#### 1 を押し、予約1または予約2を選ぶ

- 予約ランプ(緑)点灯
- 炊飯ランプ(赤)点滅

お買上げ時の設定  
予約1 → 6:00  
予約2 → 18:00

押すごとにかわる

予約1  
予約2  
かんたん予約

<表示例>  
予約1 に設定するとき

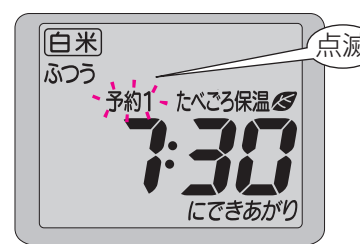


#### 2 および を押し、炊きあげる時刻を設定する

- 押すごとに、1時間単位で進む  
(0~23時間まで  
(0に戻ると「ピピッ」と鳴る))
- 押し続けると、早送りする

- 押すごとに、10分単位で進む  
(0に戻ると「ピピッ」と鳴る)
- 押し続けると、早送りする

<表示例>  
午前7:30に炊きあげるとき



#### 3 を押す → 予約完了

- 炊飯ランプ(赤)が消灯し、予約完了  
(予約ランプ(緑)は点灯したままです。)
- 予約時刻が記憶される

<表示例>  
午前7:30に炊きあげるとき



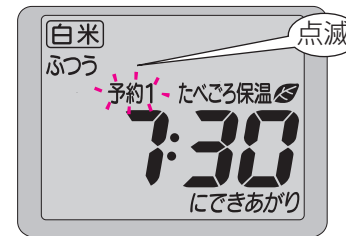
### 前回設定した予約時刻で炊く

設定してある予約時刻を呼び出して予約します。

#### 1 を押し、予約1または予約2を選ぶ

- 予約ランプ(緑)点灯
- 炊飯ランプ(赤)点滅
- 前回予約した時刻を表示

<表示例>  
予約1 に設定してある時刻を表示



#### 2 を押す → 予約完了

- 炊飯ランプ(赤)が消灯し、予約完了  
(予約ランプ(緑)は点灯したままです。)

お米・炊き方をかえたいときは

を押す前に選んでください。

予約時刻をかえたいときは

1 を押す(予約ランプ(緑)消灯)

2 予約時刻を設定し直す P.20

予約を解除するときは

を押す(予約ランプ(緑)消灯)

## 今から1~12時間後に炊きあげる(かんたん予約)

1時間単位で予約できます。

#### 1 を3回押し、かんたん予約を選ぶ

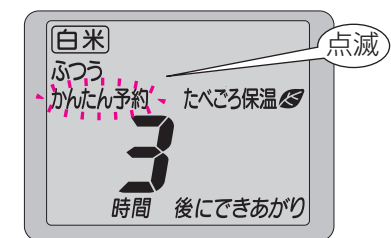
- 予約ランプ(緑)点灯
- 炊飯ランプ(赤)点滅

#### 2 を押し、炊きあげる時間を設定する

- 押すごとに、1~12時間にかわる  
(1時間に戻ると「ピピッ」と鳴る)
- 「芳潤炊き」・「発芽米」・「玄米」・「7分づき米」  
「5分づき米」・「3分づき米」は炊飯時間が長い  
ため「1時間後」は選べません。

<表示例>

3時間後に炊きあげるとき

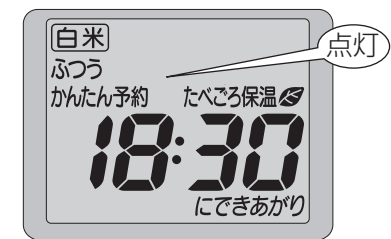


#### 3 を押す → 予約完了

- 炊飯ランプ(赤)が消灯し、予約完了  
(予約ランプ(緑)は点灯したままです。)
- できあがり時刻を表示

<表示例>

できあがり時刻を表示



- 予約前に、現在時刻が合っているか確認してください。  
(ずれていると、予約時刻に炊き上がりません)
- 夏場の予約は、12時間以内にしてください。  
(長時間ひたすと水が腐敗しやすく、においが出る原因)

- 次のとき、予約はできません。  
・炊込み・炊飯中・保温中
- 予約中は、現在時刻を表示しません。

- 1~2時間に満たない時間で予約した場合は、  
すぐに炊飯を始めます。  
(予約できる時間は炊き方により異なります)

- 予約は、おこわなど、具や調味料の  
入るものでは使わないでください。  
(調味料の沈澱や具のいたみなどで、  
うまく炊けない原因)

# お手入れ

電源プラグを抜き、本体が冷めてから行ってください。

## 炊飯したあとに毎回行う

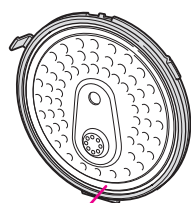
### ■放熱板

はずし方・取付け方 P.7

台所用中性洗剤とスポンジで洗い、よく水洗いする

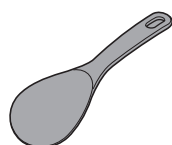
お手入れしないで放置しておくと、においや腐敗の他にサビ・カビ・こげが発生する場合があります。

ふたパッキン（はずせません）においがつきやすいので毎回洗う



### ■しゃもじ

台所用中性洗剤とスポンジで洗い、よく水洗いする

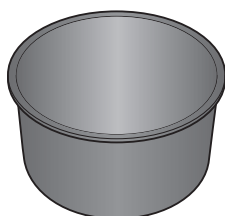


### ■内なべ

内なべについて P.2

冷めてからお手入れする  
台所用中性洗剤とスポンジで洗い、よく水洗いする  
\*ナイロン面では洗わない

ヒビ・欠け・割れやすいので、取扱いに注意してください。

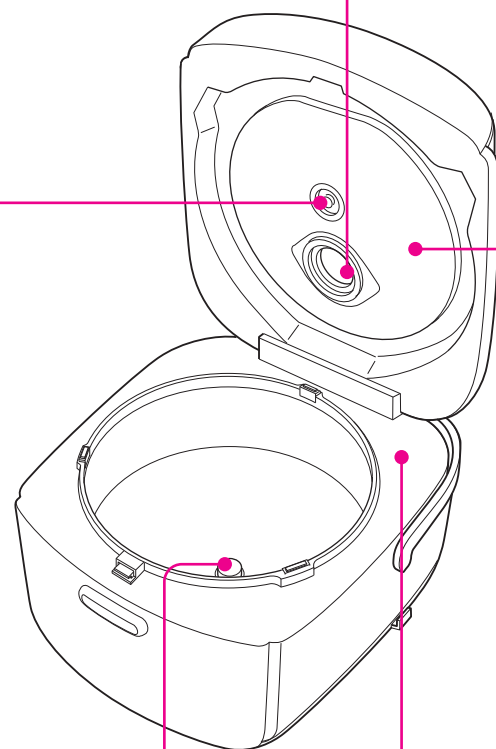


### ■ダイレクトセンサー

かたくしぼった布でふく

### ■蒸気口

放熱板・カートリッジをはずし、かたくしぼった布でふく



### ■底センサー ■上枠

かたくしぼった布でふく

おねがい

● 次のものは使わない  
傷・腐食・変色・ヒビの原因

● 本体の丸洗いはしない(故障の原因)

● 台所用中性洗剤以外の洗剤  
● ベンジン・漂白剤・シンナー・アルコール・クレンザー  
● スチールタワシ・タワシ・スポンジのナイロン面・ナイロンネット付きスポンジ  
● 食器洗い乾燥機・食器乾燥器

### ■カートリッジ

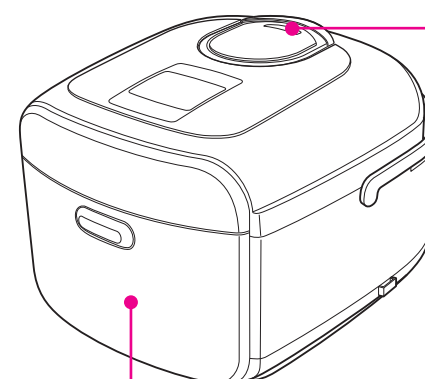
流水で洗い、水気をふきとる  
\*スポンジのナイロン面などの固いものでこすらない(傷の原因)

おいしさを保つため、よく洗ってください。

### ■ヒーター板

かたくしぼった布でふく

お手入れをしないで放置しておくとサビ・こげが発生する場合があります。

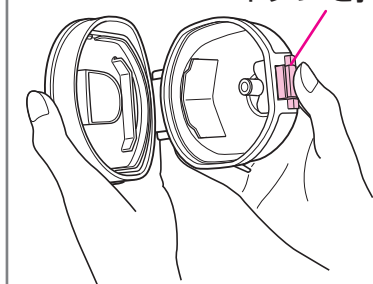


#### はずし方

① 本体からカートリッジをひねってははずす



② カートリッジを開ける  
ボタンを押す

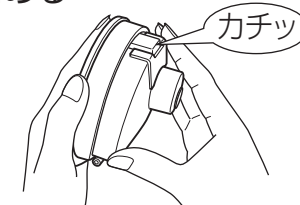


③ カートリッジパッキンをはずす



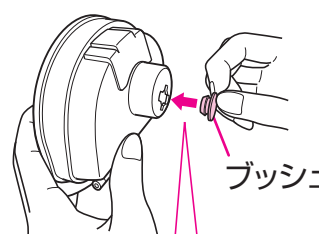
#### 取付け方

① カートリッジパッキンをつけて、カートリッジを閉める



② カートリッジにブッシュがついていることを確認し、本体に取付ける

#### ブッシュのつけ方



正しくつけないとふきこぼれの原因

## 汚れが気になるとき

### ■本体

かたくしぼった布でふく

### ■底センサー

こびりついた汚れは、細かいサンドペーパー(800番程度)でみがき、かたくしぼった布でふく

### ■しゃもじ受け・計量カップ(2コ)

台所用中性洗剤とスポンジで洗い、水洗いする  
\*ナイロン面では洗わない



## 本体のにおいが気になるとき

(においによっては、完全にとれないものもあります。)

① 内なべに1/3まで水を入れ、ふたを確実に閉める

② 沸騰させる  
●炊飯  
2回 押す

約15分間沸騰させる

③ 沸騰をやめる  
切 保温  
押す

④ 本体が冷めたら、カートリッジ・内なべ・放熱板を取出して洗う



# 炊飯がうまくできないとき

分類	こんなとき・症状	調べるところ・理由	参照 ページ
炊 飯	ご飯がやわらかい かたい うまく炊けない	<ul style="list-style-type: none"> <li>● カートリッジ・ブッシュを取付けて炊飯しましたか。 <span>P.23</span></li> <li>● お米は付属の計量カップで正確にはかりましたか。 <span>P.10</span> →料理用計量カップや計量米びつでは、誤差が出ることがあります。</li> <li>● 内なべを平らな場所に置いて水加減しましたか。 →傾いた場所で水加減すると、水の量が多くなったり、少なくなったりしてご飯のかたさが変わります。</li> <li>● 水加減や炊き方は合っていますか。 <span>P.8~19</span> →お米の種類、銘柄、保存期間などにより、ご飯のかたさが変わります。お好みに合わせて水の量を加減したり、他の炊き方でお試しください。</li> <li>● 「お急ぎ」「無洗米」は、かために炊きあがります。 →お好みに合わせて水の量を多めにしてください。</li> <li>● 「健康玄米」は、やわらかく炊きあがります。</li> <li>● お米を長時間水にひたしたり、長時間の予約をすると、やわらかめのご飯になります。</li> <li>● ふたパッキンや内なべのふち、底センサーの上に米粒などの異物や汚れがついていると、かために炊きあがります。 →米粒などの異物や汚れをふき取ってください。</li> </ul>	
	ご飯がべちゃつく 固まる	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 炊きあがったあと、15分以内にご飯をほぐしましたか。 →ほぐさないと、余分な水分が残ってべちゃついたり、固まったりします。</li> </ul>	
	炊きあがりの ご飯の中央が くぼんで見える	<ul style="list-style-type: none"> <li>● IH特有の炊きかたによるもので、異常ではありません。 →なべ自体が発熱し、ご飯をつつみ込むようにして炊きあげるため、内なべのまわりのご飯が盛り上がった炊きあがりになる場合があります。</li> </ul>	
	ふきこぼれる	<ul style="list-style-type: none"> <li>● カートリッジ・ブッシュを正しく取付けて炊飯しましたか。 <span>P.23</span></li> <li>● 最大炊飯容量より多く炊いていませんか。 <span>裏表紙</span></li> <li>● 水加減は合っていますか。 <span>P.11・17</span> →内なべの目盛より水の量が半目盛以上多い場合、ふきこぼれることがあります。目盛より水の量を多めにして炊くときは、炊き方で「やわらか」を選んでください。</li> <li>● 炊き方を間違えていませんか。 <span>P.12~19</span> →無洗米を「無洗米」以外のお米で、おかゆを「おかゆ」以外の炊き方で炊くと、ふきこぼれることがあります。</li> <li>● 内なべのふちと、ふたパッキンの間に、米粒などの異物がついていませんか。 →取り除いてください。</li> <li>● 洗米が不十分なとき、ふきこぼれることがあります。</li> </ul>	
	ご飯や内なべに 薄い膜ができる	<ul style="list-style-type: none"> <li>● オブラート状の薄い膜は、米のうまみ成分(でんぷん質)が溶けて乾燥したもので、異常ではありません。</li> </ul>	

分類	こんなとき・症状	調べるところ・理由	参照 ページ
炊 飯	おこげができる	<p>〈次のようなとき、おこげができます〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 洗米が不十分なとき。(ぬか分が残ってこげやすくなります。)</li> <li>・ 玄米以外のお米を「玄米」で炊いたとき。</li> <li>・ お米を長時間水にひたしたり、長時間の予約をしたとき。</li> <li>・ 無洗米や胚芽米を炊いたとき。 (無洗米はこげやすいため、軽くすすぐことをおすすめします。)</li> <li>・ 炊込みご飯など、調味料を使ったご飯を炊いたとき。</li> <li>・ 内なべの底や底センサーの上に米粒などの異物がついているとき。</li> </ul> <p>● 炊飯量(少量・多量)によっては、底にこげ色がつくことがあります。</p>	
	炊込みご飯・おこわが うまく炊けない	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 調味料を入れたあと、よくかき混ぜましたか。 →調味料をよく溶かさないと、沈殿してうまく炊けません。</li> <li>● 具と米をかき混ぜると、うまく炊けない場合があります。 →具は、米の上にのせて炊飯してください。</li> <li>● 具を入れすぎたり、具を大きいまま入れていませんか。</li> <li>● 水加減は合っていますか。 →具を入れる前に、水位目盛を合わせてください。</li> <li>● 最大炊飯容量より多く炊いていませんか。 <span>裏表紙</span> →具を入れて炊くものは、白米にくらべ、最大炊飯容量が少なくなります。</li> </ul>	
	ご飯がにおう 黄色くなる パサつく	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 24時間以上の保温をしていませんか。</li> <li>● ふたを確実に閉めましたか。 <span>P.7</span></li> <li>● しゃもじを入れたまま保温していませんか。</li> <li>● 保温中のご飯に、冷えたご飯をつぎたしませんでしたか。</li> <li>● 洗米が不十分ではありませんか。 <span>P.11</span> →ぬか分が残っていると、においの原因になります。 無洗米も洗米することをおすすめします。</li> <li>● 夏場に12時間以上の予約をしていませんか。 →長時間水にひたすと腐敗しやすく、においの出る原因になります。</li> <li>● 炊込みご飯などを炊いたあとではありませんか。 →調味料を使ったあとにはにおいが残るので、念入りに内なべ・放熱板・カートリッジを洗ってください。 <span>P.22~23</span></li> <li>● お米や水の種類により、炊きあがりのご飯が黄色く見えることがあります。 →pH9以上のアルカリ水や、硬度の高いミネラル水で炊くとご飯が黄色っぽくなります。</li> <li>● 放熱板・カートリッジ・ブッシュなどの汚れやつけ忘ればありませんか。 <span>P.22~23</span></li> <li>● 内なべのふちとふたパッキンの間に、米粒などの異物がついていませんか。 →取り除いてください。</li> </ul>	
保 温	保温温度が低い	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 保温を切っていませんか。(保温ランプ消灯)</li> <li>● 「たべごろ保温」になっていませんか。 →「一定保温」に設定してください。 <span>P.16~17</span></li> </ul>	

# 故障かな?と思ったら

修理を依頼される前に取扱説明書をよくお読みいただき、次の点をお調べください。

こんなとき・症状	調べるところ・理由	参照 ページ
炊飯時間が長い	<ul style="list-style-type: none"><li>● 最大炊飯容量より多く炊いていませんか。<span>裏表紙</span></li><li>● 炊き方は合っていますか。 →「芳潤炊き」、発芽米、玄米、7分づき米、5分づき米、3分づき米は炊飯時間が長くなります。<span>P.13・15・18</span></li></ul>	
予約が設定できない	<ul style="list-style-type: none"><li>● 予約を受付けない状態や炊き方を選んでいませんか。 →炊飯中、保温中、「炊込み」は予約できません。</li></ul>	
<div>かんたん予約</div> を押すと「ピピピ」音が鳴り、お知らせ表示が出る	<ul style="list-style-type: none"><li>● 予約を受けつけない炊き方を選んでいませんか。</li></ul>	
予約時刻に炊けない	<ul style="list-style-type: none"><li>● 現在時刻表示は合っていますか。 →24時間表示の時計です。再確認してください。<span>P.28</span></li><li>● 炊飯中に停電しませんでしたか。<span>P.28</span></li></ul>	
蒸気口以外から蒸気がもれる	<ul style="list-style-type: none"><li>● 放熱板、ふたパッキンに異物がついていませんか。 →取り除いてください。</li><li>● ふたパッキンや内なべが変形していませんか。 →お買上げの販売店で交換してください。(有料)</li></ul>	
上枠やご飯の中につゆが落ちる	<ul style="list-style-type: none"><li>● お米の種類や炊き方、炊飯量、室温によっては、つゆが落ちることがあります。 →上枠やふたパッキンにつゆがついていたら、ふき取ってください。</li></ul>	
ふたが閉まらない 閉まりにくい	<ul style="list-style-type: none"><li>● 上枠や内なべの底に米粒などの異物がついていませんか。 →取り除いてください。</li><li>● 放熱板を正しく取付けていますか。<span>P.7</span></li></ul>	
炊飯・保温中に音がする	<ul style="list-style-type: none"><li>● 「ブーン」・・・内部の熱を外へ逃がすためのファンの音です。</li><li>● 「チリチリ」「ジー」・・・IH特有の通電音です。</li><li>● 「グツグツ」「シュー」・・・強火で沸とうしている音です。</li></ul>	
キー操作ができない	<ul style="list-style-type: none"><li>● 炊飯・保温・予約中は <div>切保温</div> 以外は受付けません。</li><li>● 「かため」「やわらか」「芳潤炊き」は、お米が「白米」「無洗米」のときのみ選べます。</li><li>● 「健康玄米」は、お米が「玄米」のときのみ選べます。</li></ul>	
残時間表示が1度に進む止まる	<ul style="list-style-type: none"><li>● 量、季節、室温、水温、水加減、電圧などが変化してもおいしく炊きあげるために、炊飯時間を調整しているためです。</li></ul>	
残時間表示が出ない	<ul style="list-style-type: none"><li>● 「白米」「無洗米」の「ふつう」「かため」「やわらか」「芳潤炊き」を選んだときのみ、炊飯開始時から、残時間(めやす)を表示します。 その他のお米の種類・メニューは、むらしに入ると残時間を表示します。</li></ul>	
<div>炊飯</div> を押してしばらくすると「ピピピピ」音が鳴り、お知らせ表示が出る	<ul style="list-style-type: none"><li>● 本体に内なべが入っていないためです。 →内なべを入れてください。</li></ul>	

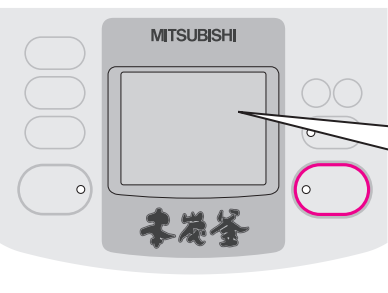
こんなとき・症状	調べるところ・理由	参照 ページ
<div>マーク</div> が点滅している	<ul style="list-style-type: none"><li>● 「たべごろ保温」で12時間以上保温すると点滅します。<span>P.16</span></li><li>● たべごろ保温中に1度保温を切りませんでしたか。</li></ul>	
電源プラグを差込んだとき火花が出る	<ul style="list-style-type: none"><li>● 本体内部の電気部品に充電するための電気が流れるためです。 故障ではありません。</li></ul>	
電源コードが巻き戻らない	<ul style="list-style-type: none"><li>● 電源コードのねじれを直してください。</li></ul>	
液晶表示が消える	<ul style="list-style-type: none"><li>● 内蔵電池が消耗しています。電池が消耗していても、電源プラグを差込めば使用できます。予約をするときは、毎回現在時刻表示を合わせ直してから使用してください。<span>P.28</span> →内蔵電池の取替えは、お買上げの販売店にご連絡ください。(有料)</li></ul>	
表示部に「F8」が表示される	<ul style="list-style-type: none"><li>● 本体の下にタオルなどを敷くと、本体底面の吸気口がふさがれるため、「F8」が表示されて炊飯が途中で止まることがあります。 →敷いてあるタオルなどを取り除き、コンセントを抜き差しすると「F8」が消え、使用できます。 再び、「F8」が表示されるときは、電源プラグを抜いてお買上げの販売店にご連絡ください。</li></ul>	
お米の種類・炊き方が点滅している	<ul style="list-style-type: none"><li>● 出荷時や内蔵電池交換後、表示部はお米の種類・炊き方が順番に表示されます。1度、炊飯を行う则表示されなくなります。</li></ul>	

\* 誤って本体・内なべを落下させたり、本体・内なべの一部にヒビ・欠け・割れ・ゆرمい・がたつきが生じたとき、水や米などを本体に直接入れてしまったとき、多量にふきこぼれたときは、使用を中止しお買上げの販売店に点検・修理を依頼してください。

以上のことをお調べになり、それでも不具合があるときは使用を中止し、必ず電源プラグを抜いてください。故障の状況と表示部の英数字（R1、R2、E0、E1、E2、E5、E6、E7、F3、F4、F6、F8、F9）を、お買上げの販売店にご連絡ください。

## <お知らせ表示一覧>

表示部で本体の状態をお知らせします。



● 次の場合は、炊飯できません。表示にしたがってください。

この炊き方は予約できません  
切キーを押すと戻ります

内なべがありません  
切キーを押すと戻ります

こんなとき

27

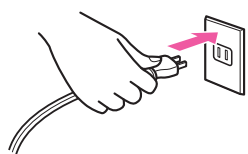


# 現在時刻の合わせ方

- 時計は室温の変化により、多少ずれることがあります。
- 時計は24時間表示です。(昼の12時は12:00、夜の12時は0:00)
- 炊飯・保温・予約中は時刻合わせはできません。

例：19:10(午後7:10)を、19:12(午後7:12)に合わせるとき

1 電源プラグを差込む



2 時 または 分 を2回押す



- 時刻表示が5秒間点滅  
(点滅中は、時計合わせが可能な状態)

\*時刻合わせの途中でも、操作のない状態が5秒以上続くと時刻合わせを終了します。

3 分 を押して、12に合わせる



- 時刻表示が点灯
- 押し続けると早送りする
- 0に戻ると「ピピッ」と鳴る

操作を止めた5秒後に、  
自動的に時刻合わせを完了

この時計は、電源プラグを抜いても内蔵の専用電池で動いています。

- 電池の寿命は、約4～5年です。(使用条件により、異なります)
- 電池が消耗してくると  
電源プラグを抜いたとき、時計表示や予約などの記憶が消えます。
- 電池の交換は  
電池は電気部品に固定されていますので、お買上げの販売店にご依頼ください。(有料)

## 停電したとき (電源プラグを抜いたときも同じです)

■炊飯中

復帰後、  
炊飯を続けます。

停電時間が長いと、炊飯がうまくできないことがあります。

■予約中

復帰後、  
予約どおりに炊きあがります。

■保温中

復帰後、  
保温を続けます。

停電時間が長く、ご飯が冷めてしまったら、自動的に保温をやめます。

# メニュー集

## おいしいごはんのレシピ

## もくじ

ページ

す し	すし飯作りのコツ	30
	手巻きずし／ひなちらし	30
	鮭ずし／いなりずし／手まりずし	31
炊込み	炊込みご飯のコツ	32
	五目(かやく)ご飯	32
	たけのこご飯／さつまいもご飯／鮭の缶詰ご飯	33
おこわ	赤飯／黄飯／中国風おこわ	34
	鮭おこわ／山菜おこわ／おはぎ	35
玄 米	健康玄米ご飯／玄米のサラダ	36
おかゆ	白がゆ	37
	おかゆトッピング アラカルト	37
	ひき肉と漬物／梅おろし めんたい豆腐	37
	七草がゆ	37

- カロリーはおよその計算値です。
- カップは付属の計量カップ(1カップ約180mL)を使っています。  
無洗米は、無洗米用計量カップ(1カップ約170mL)を使います。
- 大さじ1 = 15mL、小さじ1 = 5mLです。(1mL = 1cc)



## すし

## ◆すし飯作りのコツ

- 酢……………上質の醸造米酢を使うといっそうおいしく仕上がります。
- だし……………関東式は水と少量の酒で炊きあげます。  
関西式は昆布だしで炊きあげます。
- 合わせ酢……まぐろなど刺身を使うものは甘さを抑えて下記のすし飯より砂糖を少なめにします。
- 合わせ酢を混ぜるとき
  - ・ご飯が熱いうちに混ぜます。味がしみこみやすくなります。
  - ・うちわであおいで急激に冷ますとつやがよくなります。
  - ・ご飯はねばりを出さないよう、しゃもじをたてて切るように混ぜます。

## 手巻きずし

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ すし飯のみ1人分  
約429kcal

材料(4人分)

米……………3カップ  
酒……………大さじ1  
合わせ酢  
  米酢……………大さじ4  
  砂糖……………大さじ2  
  塩……………小さじ1  
のり……………適量  
刺身、卵焼き、納豆など……………適量  
青じそ、わさび……………適量

- ①米は水が澄むまで手早く洗う。
- ②内なべに米と酒を入れ、水位目盛「すし」の「3」まで水を入れてかき混ぜ、**炊き方** ふつうで炊く。
- ③すしおけは酢水を含ませたふきんでふき、炊きあがったご飯を一気にすしおけにあける。
- ④うちわで湯気をとばしながらご飯をほぐし、すぐに合わせ酢をかけて練らないように混ぜる。
- ⑤適当な大きさに切ったのりに、④のすし飯と好みの具をのせて巻く。



## ひなちらし

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約598kcal

材料(4人分)

すし飯……………米3カップ分  
干しいたけの甘煮  
  干しいたけ……………4枚  
  A { 砂糖……………大さじ2  
      しょうゆ……………大さじ1½  
かんぴょうの甘煮  
  乾燥かんぴょう……………20g  
  塩……………適量  
  B { 砂糖……………大さじ2  
      しょうゆ……………大さじ1½  
菜の花のおひたし  
  菜の花……………80g  
  C { だし汁……………大さじ2  
      しょうゆ……………小さじ1  
塩鮭……………2切れ  
錦糸卵  
  卵……………2個  
  塩……………小さじ½  
  片栗粉……………大さじ1  
  水……………大さじ1½  
  サラダ油……………適量  
白ごま……………大さじ2  
イクラ……………大さじ4

- ①すし飯を作る。  
➡上記「手巻きずし」
- ②干しいたけはぬるま湯につけて戻し、細切りにしてなべに入れ、ひたひたに戻し汁を加えたあと、Aを加え、汁気がなくなるまでゆっくりと煮含める。
- ③かんぴょうは水でぬらし、塩をふってよくもみ、水洗いし、かぶるくらいの水とBとともになべに入れ、汁気がなくなるまで煮る。煮上がった粗く刻む。
- ④菜の花は、色よく塩ゆでして水にとる。水気をかたくしぼって1.5cm長さに切り、Cに5分ほどつけ込み、ざるに上げて汁気をきる。
- ⑤塩鮭はアルミホイルに包んで焼き、骨と皮を取り除いて身は粗くほぐし、皮は細切りにする。
- ⑥卵は水でといた片栗粉と塩を加えて混ぜる。これを、薄くサラダ油を引いたフライパンで2～3枚の薄焼き卵にし、冷めてから4～5cm長さの細切りにして錦糸卵を作る。
- ⑦すし飯に白ごまと②③を混ぜ入れて器に盛り、④⑤⑥とイクラを飾る。



## 鮭ずし

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約549kcal

材料(4人分)

米と合わせ酢……………P30と同分量  
塩鮭(甘塩)……………3切れ  
しょうが……………2かけ  
貝われ菜……………適量  
酒、酢……………適量  
白いりごま……………適量

- ①すし飯を作る。  
P.30「手巻きずし」
- ②鮭を焦がさないように焼き、皮と骨を除いて酒、酢でほぐす。
- ③しょうがはせん切りにし、アクをぬく。貝われ菜は2cmに切る。
- ④すし飯に鮭、白いりごま、しょうがを入れさっくりと混ぜる。
- ⑤器にすし飯を盛り、貝われ菜を散らす。



## いなりずし

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約874kcal

材料(4人分)

米と合わせ酢……………P30と同分量  
油あげ(長方形のもの)……………8枚  
  だし汁……………200mL  
  A { 砂糖……………大さじ7  
      酒……………100mL  
しょうゆ……………大さじ3  
みりん……………大さじ2  
酢水……………適量  
甘酢しょうが……………適量

- ①すし飯を作る。  
P.30「手巻きずし」
- ②油あげは半分に切り、袋状に開く。熱湯をかけて油抜きをする。
- ③なべにAを熱し、油あげを入れる。しょうゆとみりんを加え、弱火で煮る。(煮汁だけを煮つめ、再び油あげを入れて煮ると、つやが出る。)そのまま冷ます。
- ④油あげの煮汁をそっとしぼり、手に酢水をつけてすし飯をつめる。
- ⑤器に盛り、甘酢しょうがを添える。



## 手まりずし

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約359kcal

材料(4人分)

すし飯……………米2カップ分  
白身魚(刺身用)……………100g  
スモークサーモン……………8枚  
おろしわさび……………適量  
レモン……………適量

- ①すし飯を作る。  
P.30「手巻きずし」
- ②白身魚は薄いそぎ切りに、スモークサーモンは長さを半分に切る。
- ③酢少々を加えた水にふきんをひたし、きつくしぼる。  
このふきんの中央に白身魚を並べ、わさびをぬり、すし飯を適量のせて、ふきんをしぼって丸く形作る。
- ④スモークサーモンも同様にして作り、小さく切ったレモンを飾る。





## 炊込み

## 炊込みご飯のコツ

下記のポイントをおさえると、炊きあがりがいおいしくなります。

## 炊込みの炊飯容量

白米・無洗米・発芽米・分づき米 3カップまで  
玄米 2カップまで

## 1. 水はボウルにくんで、一気に加える

- 最初の水はよく吸収されるので、ぬかのおいを吸わせないよう、手早く水をかえるのがコツ。水を、ボウルなど別の容器にくんでおき、一気に加えてさっとかき混ぜ、素早く水を捨てます。

## 2. 米を洗うときは手早く

- 米が軽くこすり合わさるように「とぐ→すすぐ」を水が澄むまでくり返し洗います。洗い始めてから3分ほどで終わらせるのがベスト。

## 3. 具は米の上にのせて炊込む

- 水加減をするときに調味料を加える場合は、加えたあとよく混ぜます。
- そのあと、具を米の上に均等にのせ、そのまま炊飯します。具を米と混ぜるとうまく炊けない場合があります。また、具の量がメニュー集より多いとうまく炊けないことがあります。
- 調味料や具を入れたまま、長時間おかないでください。

## 4. 蒸らすとき、具を加える場合は手早く

- 具は、色を生かしたいものや前もって煮ておくものなどは、炊飯終了ブザーが鳴ったら加えます。できるだけ手早く均等にのせ、すぐふたをして10分間追加で蒸らします。

## 5. 炊きあがったらふんわり混ぜる

- 炊きあがったら、保温を切り、約15分以内にほぐして余分な水分を飛ばします。このとき、まずご飯の周りにグルリとしゃもじを差し入れ、ご飯の上下が入れかわるようにふんわりと、よくかき混ぜます。

## 炊込みご飯が残ったら

1食分ずつラップで包んで冷凍庫へ。電子レンジであたため直したり、なべに水と一緒にに入れて火にかけ、雑炊にしても。

## たけのこご飯

炊き方 ◆ 炊込み

カロリー ◆ 1人分約439kcal

材料(4人分)

白米または無洗米……………3カップ  
ゆでたけのこ……………200g  
A { だしの素……………適量  
酒……………大さじ3  
しょうゆ……………大さじ2  
塩……………小さじ1/2  
木の芽……………適量

- ① たけのこは穂先を切り分け、たて半分に切る。残りの部分は薄いちょうちりにする。
- ② 米は水が澄むまで手早く洗う。
- ③ 内なべに米とAを入れて、水位目盛「白米」の「3」に水加減し、混ぜる。
- ④ ①を均一にのせ、**炊き方** **炊込み**で炊く。
- ⑤ 炊きあがったら全体をよくほぐし、器に盛って木の芽を散らす。



## さつまいもご飯

炊き方 ◆ 炊込み

カロリー ◆ 1人分約530kcal

材料(4人分)

白米または無洗米……………3カップ  
さつまいも……………250g  
酒……………大さじ2  
塩……………小さじ1  
黒いりごま……………適量

- ① さつまいもは約1cmの輪切りにして、さらに1/4の大きさに切り、水にひたしてアクを抜く。
- ② 米は水が澄むまで手早く洗う。
- ③ 内なべに米を入れ、水位目盛「白米」の「3」に水加減し、酒、塩を加えて混ぜる。
- ④ ①のさつまいもを均等にのせ、**炊き方** **炊込み**で炊く。
- ⑤ 炊きあがったら全体をほぐして器に盛り、お好みで黒いりごまをふる。

## 五目(かやく)ご飯

炊き方 ◆ 炊込み

カロリー ◆ 1人分約483kcal

材料(4人分)

白米または無洗米……………3カップ  
鶏むね肉……………50g  
にんじん……………中1/2本(約50g)  
油揚げ……………1枚  
たけのこの水煮……………30g  
干しいたけ……………3枚  
A { 薄口しょうゆ……………大さじ2  
みりん……………大さじ1  
酒……………大さじ1  
塩……………小さじ1  
だしの素……………適量  
干しいたけの戻し汁

- ① にんじんは皮をむき、油揚げは熱湯をかけて油抜きする。干しいたけは約500mLの水で戻して石づきをとる。鶏肉、たけのことともに全ての材料を細切りにする。
- ② 米は水が澄むまで手早く洗う。
- ③ 内なべに米を入れ、水位目盛「白米」の「3」まで干しいたけの戻し汁を入れた後、Aを入れて混ぜる。
- ④ ①の具を均等にのせて**炊き方** **炊込み**で炊く。
- ⑤ 炊きあがったら全体をよくほぐす。



## 鮭の缶詰ご飯

炊き方 ◆ 炊込み

カロリー ◆ 1人分約499kcal

材料(4人分)

白米または無洗米……………3カップ  
鮭の缶詰(約200g)……………1缶  
生しいたけ……………4枚  
昆布だし……………500mL  
A { 酒……………大さじ3  
塩……………小さじ2/3  
しょうゆ……………大さじ1  
あさつき……………少々

- ① 鮭の缶詰は身と汁に分ける。
- ② 生しいたけは細切りにする。
- ③ 米は水が澄むまで手早く洗う。
- ④ 内なべに、米、①の汁、昆布だしを入れ、水位目盛「白米」の「3」に水加減し、Aを加えて混ぜる。
- ⑤ ①の身と②を均等にのせて、**炊き方** **炊込み**で炊く。
- ⑥ 炊きあがったら軽く混ぜ、器に盛り、あさつきを散らす。





# おこわ

おこわの炊飯容量

4カップまで

## 赤飯

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約434kcal

- ①ささげはたっぷりの水でゆで、沸騰したらいったん湯を捨てる。
- ②再びたっぷりの水を入れ、沸騰したら弱火にして、ややかためにゆでる。ささげと煮汁は分けて冷ます。
- ③もち米は水が澄むまで手早く洗う。
- ④内なべに米と②の煮汁を入れ、水位目盛「おこわ」の「3」に水加減する。
- ⑤②のささげを均等にのせて1時間ひたし、**お米** **白米**、**炊き方** **ふつう**で炊く。
- ⑥炊きあがったら、全体をほぐして器に盛り、お好みで黒いりごまと塩をふる。

材料(4人分)

もち米 …………… 3カップ  
ささげ …………… 1/4カップ(約30g)  
黒いりごま …………… 少々  
塩 …………… 少々



## 黄飯

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約465kcal

材料(4人分)

もち米 …………… 3カップ  
くちなし …………… 5個  
酒 …………… 大さじ1 1/2  
塩 …………… 小さじ3/4  
黒豆 …………… 70g

- ①黒豆は洗って600mLの水にひたし、一晩おく。  
そのまま火にかけ、沸騰したら火を弱めて、出てくる泡をこまめにすくい取りながら、豆がやわらかくなるまで煮る。途中で湯が少なくなると、豆が水面から出るようなら水をたす。煮上がった後、そのまま煮汁にひたしておく。
- ②もち米は水が澄むまで手早く洗い、たっぷりの水に1時間ひたす。
- ③くちなしの実は、2～3つに割って320mLのお湯に10～15分くらいつけ、茶こしでこす。
- ④内なべに米と③の黄色い水、酒、塩を入れ、水位目盛「おこわ」の「3」に水加減して混ぜる。黒豆をのせて、**お米** **白米**、**炊き方** **ふつう**で炊く。

※禅の食事のなごりといわれ、地方によってはお祝いごとに赤飯のかわりに食べます。

## 中国風おこわ

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約554kcal

材料(4人分)

もち米 …………… 3カップ  
豚もも肉 …………… 150g  
たけのこの水煮 …………… 150g  
にんじん …………… 80g  
干しいたけ …………… 3枚  
サラダ油 …………… 大さじ1  
ごま油 …………… 大さじ1  
A { 砂糖 …………… 大さじ1  
しょうゆ …………… 大さじ3  
酒 …………… 大さじ2  
塩 …………… 少々  
B { しょうゆ …………… 大さじ2  
中華スープの素 …………… 小さじ2  
干しいたけの戻し汁

- ①もち米は水が澄むまで手早く洗い、たっぷりの水に1時間ひたす。
- ②干しいたけは400mLの水で戻す。豚肉、たけのこ、にんじん、しいたけを細切りにする。
- ③なべにサラダ油とごま油を入れて熱し、②を炒め、Aで調味する。
- ④内なべに①とBを入れる。水位目盛「おこわ」の「3」に水加減し混ぜ、**お米** **白米**、**炊き方** **ふつう**で炊く。
- ⑤炊きあがったら、③を加えて混ぜる。



## 鮭おこわ

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約542kcal

材料(4人分)

もち米 …………… 3カップ  
生鮭 …………… 3切れ  
みつば …………… 1/2束  
白いりごま …………… 適量  
A { しょうゆ …………… 大さじ3  
みりん …………… 大さじ3  
酒 …………… 大さじ3

- ①もち米は水が澄むまで手早く洗い、たっぷりの水に1時間ひたす。
- ②鮭は1切れを4～5等分に切る。

- ③みつばはさっとゆで、水気を切って長さ2cmに切る。
- ④なべにAと、水300mLを入れて火にかけ、煮立ったら鮭を加えて、2～3分煮る。
- ⑤鮭を取り出し、煮汁は冷ます。  
鮭は骨と皮を取り、身を細かくほぐす。
- ⑥内なべにもち米、⑤の煮汁を入れる。水位目盛「おこわ」の「3」に水加減して混ぜ、**お米** **白米**、**炊き方** **ふつう**で炊く。
- ⑦炊きあがったら⑤の鮭を加えて全体を混ぜ合わせ、器に盛り、みつばを散らしてごまをふる。



## 山菜おこわ

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約438kcal

材料(4人分)

もち米 …………… 3カップ  
山菜の水煮 …………… 100g  
A { しょうゆ …………… 大さじ1  
塩 …………… 小さじ1  
酒 …………… 大さじ1  
だしの素 …………… 適量

- ①もち米は水が澄むまで手早く洗う。
- ②内なべに米を入れ、水位目盛「おこわ」の「3」まで水を入れて、1時間ひたす。
- ③山菜は、洗って細切りにする。
- ④②にAを入れて混ぜる。
- ⑤③をのせ、**お米** **白米**、**炊き方** **ふつう**で炊く。
- ⑥炊きあがったら、全体をほぐす。

## おはぎ

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 2個(あん衣、きな粉衣)約278kcal

材料(24個分)

ごはん  
もち米 …………… 2カップ  
塩 …………… 少々  
粒あん  
あずき …………… 2カップ  
砂糖 …………… 280g  
塩 …………… 少々  
きな粉 …………… 大さじ5  
砂糖 …………… 大さじ1

- ①あずきはたっぷりの水でゆで、沸とうしたら、ゆで汁を捨てる。再びたっぷりの水を加えて、指でつまんで軽くつぶれる位までやわらかく煮る。
- ②砂糖を加え、かき混ぜながら煮つめる。最後に塩を入れ、火から下ろし冷ます。24等分し、丸める。
- ③もち米は水が澄むまで手早く洗い、内なべに入れる。水位目盛「おこわ」の「2」に水加減して1時間ひたし、**お米** **白米**、**炊き方** **ふつう**で炊く。
- ④ご飯が熱いうちにすり鉢に入れ、塩を加えて、すりこぎで半つぶしにし、24等分し、丸める。

〈あん衣〉

④を、②で包む。

〈きな粉衣〉

④を平らにのばし、②をのせて包み、全体にきな粉をまぶして、砂糖をかける。





## 玄米

## 玄米の炊飯容量

3カップまで

## 健康玄米ご飯

炊き方 ◆ 健康玄米

カロリー ◆ 1人分約394kcal

材料(4人分)

玄米 ……………3カップ

①玄米は軽く洗い、ゴミやもみがらを取り除く。

②内なべに①を入れ、水位目盛「玄米」の「3」に水加減する。

③ お米 [玄米]、炊き方 健康玄米で炊く。

④炊きあがったら、全体をよくほぐす。



## 玄米のサラダ

炊き方 ◆ ふつう

カロリー ◆ 1人分約480kcal

材料(4人分)

玄米 ……………	3カップ	玉ねぎ ……………	1/3個
ツナ缶詰 ……………	90g	トマト ……………	1個
レモン汁 ……………	適量	スライスアーモンド ……………	適量
砂糖 ……………	適量	パセリ ……………	適量
レーズン ……………	適量	サニーレタス ……………	適量
ブランデー ……………	適量	フレンチドレッシング ……………	適量
ピーマン ……………	2個		

①玄米を炊いて冷ましておく。

②ツナは粗くほぐし、砂糖を加えたレモン汁少々をかける。

③レーズンはブランデーを少々かけておく。

④ピーマンは洗って、種を除いて粗みじんに切る。

⑤玉ねぎは粗みじんに切り、水にさらし、ふきんでしぼる。

⑥トマトは湯むきして輪切りにし、種を取って角切りにする。

⑦パセリをみじん切りにする。

⑧サニーレタスを洗い、大きめにちぎって氷水で冷やす。

⑨冷ました玄米に、②～⑥の具を混ぜ、サニーレタスをしいた器に盛り、アーモンド、パセリを飾ってドレッシングを全体にかける。



## おかゆ

## おかゆの炊飯容量

1カップまで

(具を入れるとき0.5カップまで)

## 白がゆ

炊き方 ◆ おかゆ

カロリー ◆ 1人分約134kcal

材料(4人分)

米 ……………1カップ

①米は水が澄むまで手早く洗う。

②内なべに米を入れ、水位目盛「おかゆ」の「1」に水加減する。

③ 炊き方 おかゆで炊く。

④炊きあがったら、温めた器に盛る。

おかゆトッピング  
アラカルト

## 梅おろし

炊き方 ◆ おかゆ

カロリー ◆ 1人分約8kcal

材料(4人分)

梅干し ……………	1個	しょうゆ ……………	少々
大根おろし ……………	150g		

①梅干しは種を取って細かくきざむ。

②大根おろしと、①を混ぜてしょうゆで味をととのえる。

## めんたい豆腐

炊き方 ◆ おかゆ

カロリー ◆ 1人分約45kcal

材料(4人分)

辛子明太子 ……………	1腹	酒 ……………	小さじ1
木綿豆腐 ……………	1/3丁	しょうゆ ……………	小さじ1

①辛子明太子1腹は、薄皮に縦に切れ目を入れ、中身をしごき出す。

②豆腐はほぐし、酒とともになべで煎り付ける。

③②に①としょうゆを加えて軽く煎る。

## 七草がゆ

炊き方 ◆ おかゆ

カロリー ◆ 1人分約137kcal

材料(4人分)

米 ……………	1カップ	青菜	
塩 ……………	適量	せり ……………	適量
		大根の葉 ……………	適量
		かぶの葉 ……………	適量
		こまつな ……………	適量
		京菜ほか ……………	適量

①上記「白がゆ」の①～③と同様にする。

②青菜類は、熱湯でさっとゆで、水にとってしぼり粗く刻む。

③①が炊きあがったら②と塩を加え、再び5分ほど蒸らす。

## ひき肉と漬物

炊き方 ◆ おかゆ

カロリー ◆ 1人分約101kcal

材料(4人分)

豚ひき肉 ……………	100g	酒 ……………	適量
サラダ油 ……………	大さじ1	しょうゆ ……………	適量
漬物(しば漬けなど) …	50g	七味唐辛子 ……………	適量

①漬物は粗く刻んでおく。

②熱したフライパンにサラダ油をしき、ひき肉を炒める。

③ひき肉がパラパラになったら、①と酒、しょうゆを加えて炒め、七味唐辛子をふる。



## 七草

せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろの7種



## 消耗品

下記の部品は消耗品です。  
汚れ・においがひどくなったとき、  
ヒビ・破損・紛失したときは、お近  
くの三菱電機製品取扱店でご注  
文ください。

- ・内なべ
- ・放熱板(ふたパッキン)
- ・カートリッジ
- ・カートリッジパッキン
- ・ブッシュ

## 保証とアフターサービス

### ■保証書(別添付)

- 保証書は、必ず「お買上げ日・販売店名」などの記入  
をお確かめのうえ、販売店からお受取りください。
- 内容をよくお読みのあと、大切に保管してください。

保証期間  
お買上げ日から1年間です

### ■補修用性能部品の保有期間

- 当社は、このジャー炊飯器の補修用性能部品を製造  
打切り後6年保有しています。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するた  
めに必要な部品です。

### ■ご不明な点や修理に関するご相談は

- お買上げの販売店がお近くの「三菱電機 修理窓口・  
ご相談窓口」(右一覧表)にご相談ください。

### ■修理を依頼されるときは

- 「炊飯がうまくできないとき」(24~25ページ)  
と「故障かな?と思ったら」(26~27ページ)に  
したがってお調べください。
- なお、不具合があるときは、必ず電源プラグを抜い  
てから、お買上げの販売店にご連絡ください。
- 保証期間中は  
商品と保証書をご持参のうえ、お買上げの販売店に  
依頼してください。
- 保証期間が過ぎているときは  
修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理  
させていただきます。
- 修理料金は  
技術料+部品代などで構成されています。
- 修理部品は  
部品共用化のため、色等を変更する場合があります。

### ●ご連絡いただきたい内容

1. 品 名 ジャー炊飯器
2. 形 名 NJ-WS10B
3. お買上げ日 年 月 日
4. 故障の状況 (できるだけ具体的に)

## ご相談窓口・修理窓口のご案内(家電品)

### 取扱い・修理のご相談は、まず お買上げの販売店へ

- お買上げの販売店にご依頼できない場合  
(転居や贈答品など)は、  
**各窓口** へお問い合わせください。

■お問合せ窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて  
三菱電機株式会社は、お客様からご提供いただきました個人情報は、下記のとおり、  
お取り扱いします。

1. お問合わせ(ご依頼)いただいた修理・保守・工事および製品のお取り扱いに  
関連してお客様よりご提供いただいた個人情報は、本目的ならびに製品品質・  
サービス品質の改善・製品情報のお知らせに利用します。
2. 上記利用目的のために、お問合わせ(ご依頼)内容の記録を残すことがあります。
3. あらかじめお客様からご了解をいただいている場合および下記の場合を除き、当社  
以外の第三者に個人情報を提供・開示することはありません。
  - ① 上記利用目的のために、弊社グループ会社・協力会社などに業務委託する場合。
  - ② 法令等の定める規定に基づく場合。
4. 個人情報に関するご相談は、お問合せをいただきました窓口にご連絡ください。

### ご相談窓口 家電品の購入相談・取扱い方法

受付時間365日24時間

### ●三菱電機お客さま相談センター

いつもサンキュー 365日  
**0120-139-365** (無料)  
フリーコール

携帯電話・PHS・IP電話の場合	
三菱電機お客さま相談センター 〒154-0001 東京都世田谷区池尻 3-10-3 FAX (03) 3413-4049 (有料)	<b>(03) 3414-9655</b> (有料)

■ご相談対応 平 日 9:00~19:00  
土・日・祝・弊社休日 9:00~17:00  
上記以外の時間は受付のみ可能です。

### 修理窓口 家電品の修理の問合わせ・修理の依頼

受付時間365日24時間

北海道 ・ 東北	北海道 宮城	東日本フロントセンター		関東 ・ 甲信越	東京 神奈川 千葉 茨城 埼玉 栃木 群馬 山梨 新潟 長野 (飯田地区を除く)	東日本フロントセンター	関西	大阪／奈良 和歌山／ 兵庫／京都 滋賀		西日本フロントセンター
	青森	青 森 (017)773-8381 八 戸 (0178)28-8544								
	岩手	盛 岡 (019)637-7454 水 沢 (0197)25-4511								
	秋田	秋 田 (018)865-4471 横 手 (0182)32-1785 大 館 (0186)42-2781								
	山形	山 形 (023)624-0018 鶴 岡 (0235)24-6161								
	福島	郡 山 (024)959-6543 会 津 (0242)27-4426 原 町 (0244)24-2842 いわき (0246)26-1822								

### ●東日本／西日本フロントセンター

フリーダイヤル  
**0120-56-8634** (無料)  
インターネット  
**www.melsc.co.jp**

携帯電話・PHS・IP電話の場合	
東日本フロントセンター FAX (03) 3424-1115 (有料)	<b>(03) 3424-1111</b> (有料)
西日本フロントセンター FAX (06) 6454-3900 (有料)	<b>(06) 6454-3901</b> (有料)

●所在地、電話番号などについては変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。

K09A



## 仕 様

形 名	NJ-WS10B	
電 源	交流 100V 50-60Hz	
消 費 電 力	1350W	
炊飯容量 (最小～最大)	白米・無洗米・胚芽米	0.18～1.0L (1～5.5合)
	発芽米・分づき米	0.18～0.72L (1～4合)
	玄米・健康玄米	0.18～0.54L (1～3合)
	炊込み(白米・無洗米・発芽米・分づき米)	0.18～0.54L (1～3合)
	炊込み(玄米)	0.18～0.36L (1～2合)
	雑穀米(白米・無洗米・発芽米・分づき米)	0.18～0.72L (1～4合)
	雑穀米(玄米)	0.18～0.54L (1～3合)
	おかゆ	0.09～0.18L (0.5～1合)
	おこわ	0.36～0.72L (2～4合)
	すし(白米・無洗米)	0.36～1.0L (2～5.5合)
	お急ぎ	上記最大容量の60%まで
コ ー ド の 長 さ	1.0m (自動コードリール)	
外形寸法〈幅×奥行×高さ〉	266×307×218 (mm)	
質 量	約5.0kg	
最 大 炊 飯 量	1.0L	
区 分 名	B	
蒸 発 水 量	48.4g	
年 間 消 費 電 力 量	94.3kWh/年	
1 回 当 た り の 炊 飯 時 消 費 電 力 量	193.8Wh	
1 時 間 当 た り の 保 温 時 消 費 電 力 量	16.2Wh	
1 時 間 当 た り の タイマー予約時消費電力量	0.99Wh	
1 時 間 当 た り の 待 機 時 消 費 電 力 量	0.75Wh	

- 1回当たりの炊飯時消費電力量は、お米 [白米]、炊き方 ふつうでの電力量です。
- 実際にお使いになるときの消費電力量は、使用頻度、使用時間、お米の量、ご使用コース、周囲の温度などによって変化しますので、あくまでもめやすとしてご覧ください。
- 年間消費電力量は、省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」測定法による数値です。区分名も同法に基づいています。
- 蒸発水量は1回当たりの炊飯時に炊飯器機体外へ放出した水の質量であり、省エネ法の目標基準値を算出するために用いる数値です。
- 消費電力は炊飯時に瞬間に消費する最大の電力です。保温時は約500Wです。
- 外観、仕様などを予告なく変更する場合があります。

## 愛情点検

★長年ご使用の  
ジャー炊飯器の点検を!

熱・湿気・ホコリなどの影響や、使用の度合いにより部品が劣化し、故障したり、ときには安全性を損なって事故につながることもあります。

このような  
症状は  
ありませんか

- 電源コードやプラグが異常に熱い。
- コゲくさい臭いがする。
- 製品に触れるとビリビリと電気を感じる。
- 自動的に切れないときがある。
- 冷却ファンが回らなくなった。
- その他の異常・故障がある。

ご使用  
中 止

故障や事故防止のため、電源プラグを抜いてから、必ず販売店にご相談ください。

三菱電機株式会社  
三菱電機ホーム機器株式会社

〒369-1295 埼玉県深谷市小前田1728-1

ZT933Z784H01\*